



جامعة الأنبار

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

محتوى المنهج التعليمي لقرر

كرة اليد

”الاعداد الخططي في لعبة كرة اليد”

الصف الثالث

للدراصة الصباحية والمسائية

نظام الكورس

اعداد

أ.م.د مناف ماجد حسن

2020

فهرست الموضوعات

الصفحة	الموضوع
	الاعداد الخططي في لعبة كرة اليد
1	أ- الاعداد الخططي الدفاعي
1	1- مراحل الدفاع
1	2- خطط لعب الدفاع
5	3- طرائق الدفاع وكيفية اختيارها
6	أ - طريقة الدفاع عن المنطقة
12	ب طريقة الدفاع رجل لرجل
14	ج- طريقة الدفاع المركب او المختلط
17	ب- الاعداد الخططي الهجومي
17	1- مراحل الهجوم
18	المرحلة الاولى : مرحلة الهجوم السريع الفردي (الخاطف)
19	المرحلة الثانية : مرحلة الهجوم السريع الجماعي (الموسع)
24	المرحلة الثالثة : مرحلة بناء الهجوم (هجوم المراكز)
25	المرحلة الرابعة : مرحلة انتهاء الهجوم
26	2- اسس اللعب الهجومي
26	3- خطط اللعب الهجومي
26	اولا :- الخطط الهجومية الفردية
27	ثانيا :- الخطط الهجومية الجماعية
30	ثالثا: الخطط الهجومية الفرقية (خطط الفريق)
30	تشكيلات الهجوم
30	الواجبات الخططية لمراكز لعب الهجوم المختلفة
32	رابعاً :- العاب خططية هجومية هوائية
32	ج- الاعداد الخططي عند الهجوم والدفاع في حالات خاصة
33	1- الهجوم والدفاع في حالة الرمية الحرة
35	2- الهجوم والدفاع في حالة رمية ال7م
35	3- الهجوم بالزيادة او النقص العددي
36	4- الدفاع بالزيادة او النقص العددي
37	5- الهجوم ضد الدفاع رجل لرجل
39	6- الهجوم ضد الدفاع المركب

(ب)



مصدر المنهج المقرر :

- ضياء الخياط ؛ نوفل محمد الحيايى : كرة اليد ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، كتاب منهجي لكليات واقسام التربية الرياضية ، 2001م
- القانون الدولي لكرة اليد داخل الصالات ، ترجمه أ.د سعد محسن اسماعيل.

لاحظ : يمكن رؤية الحالات التعليمية بصورة مرئية الى جانب الشروحات النصية عبر (QR Code) وكالاتي:-



- 1- باستخدامك جهاز الموبايل : يمكن فقط توجيه كامرة الموبايل على (QR Code) لتحصل على صفحة انترنت توجهك الى فيديو الحالة التعليمية.

الاعداد الخططي في لعبة كرة اليد

أ- الاعداد الخططي الدفاعي

1- مراحل الدفاع : إن الفترة التي يصبح فيها الفريق في حالة دفاع, هي اللحظة التي يفقد فيها السيطرة على الكرة لحين وصول اللاعبين إلى أماكنهم الدفاعية أمام منطقة الـ 6 أمتار , اذ يمكن تقسيم الفترة التي يتحول خلالها الفريق المهاجم الى فريق مدافع الى ثلاث مراحل وهي :

اولاً : التفهقر أو الانسحاب إلى الخلف : فبعد فقدان الفريق المهاجم للكرة وتحولهم لفريق مدافع فعليهم مباشرة التراجع والانسحاب بأقصى سرعة من ساحة الخصم إلى ملعبهم الخاص , ويمكن أداء التراجع بطريقتين:

- الركض السريع للأمام و للخلف وذلك عندما يكون المدافعين في ملعب الفريق المنافس.

- الركض السريع للخلف وذلك عندما يكون المدافعين في منتصف الملعب الخاص بهم

ويتوقف التفهقر أو الانسحاب إلى الخلف على سرعة ونوع الهجوم الذي يقوم به الفريق الذي استحوذ على الكرة , فإذا بدأ الخصم باستعمال الهجوم السريع (الخاطف) فإن مسؤولية مراقبة وتأخير المهاجم الحامل للكرة تقع على اقرب لاعب مدافع لذلك اللاعب المهاجم , والفائدة المثلى لعملية مراقبة وإعاقة وتأخير هذا اللاعب المهاجم من المدافع القريب انها تعطي الفرصة لبقية زملائه بالعودة إلى الخط الدفاعي القريب من مرماهم وترتيب صفوفهم الدفاعية

ثانياً : ترتيب المدافعين في نظام دفاعي: نتيجة للانسحاب السريع الغير منظم للمدافعين في الوهلة الأولى للتحويل من مهاجمين الى مدافعين , فإن اغلب المدافعين اثناء انسحابهم من مناطق الهجوم باتجاه منطقة مرماهم سوف لا يكونوا بمراكزهم الدفاعية الصحيحة , لذا فمن الواجب على كل لاعب وعلى طول خط سير تراجعهم الدفاعي أن يحاول تعزيز موقفه الدفاعي وتغطية الثغرة الدفاعية القريبة منه وبالتعاون مع زملائه لحين هدوء حركة المهاجمين واستغلال تلك الفترة للعودة إلى المكان الدفاعي الصحيح ضمن الخطة الدفاعية المتفق عليها مسبقاً

ثالثاً : الخطة أو النظام الدفاعي: إن اخذ المركز الدفاعي الخاص لكل لاعب ضمن خطة الدفاع وقرباً من منطقة مرماهم يعني إن الفريق المدافع قد تغلب على الخطر الأول, وذلك بمنع الفريق المنافس من تطبيق الهجوم الخاطف الذي احده في الوهلة الاولى للهجوم , كما يعني أيضاً إن الحركة الدفاعية لكل لاعب سوف تكون أكثر تناسقاً, وبالتالي فإنها سوف تكون أكثر تماسكاً في إفشال هجمات الفريق المنافس

2- خطط لعب الدفاع : بعد ان يتحول اللاعبين المهاجمين الى مدافعين تبدأ مسؤولياتهم الدفاعية عن مرماهم من محاولات المهاجمين سواء الفردية او الجماعية وحتى الفرقية واللعب الدفاعي لا يكون عشوائياً وانما يتم عن طريق استخدام خطط تم التدريب عليها مسبقاً , فيتم اختيار الخطة المناسبة للعب الدفاع بما يتناسب مع الموقف الهجومي لها , وخطط الدفاع تلك تنفذ على اشكال ثلاث : (فردية , جماعية , فرقية) اذ لكل منها متطلبات تنفيذ خاصة بها , وسيتم استعراضها على النحو الآتي :-

اولاً : الخطط الدفاعية الفردية : وتشمل جميع الحركات والتحركات التي يقوم بها اللاعب المدافع بشكل منفرد لا عاقبة اللاعب المهاجم والحد من خطورته ومنعه من تسجيل الأهداف, وتتطلب الخطط الدفاعية الفردية من المدافع الفردي استخدام التخطيط الجيد لحالة اللعب الدفاعي بحيث يكون في الوضع الذي يسمح له به من:

- اتخاذ المراكز الدفاعية بسرعة بالقرب من منطقة مرماه من خلال سرعة التصرف والانطلاقات تجاه المهاجم ولو بالانطلاق نحوه بصيغة الخداع مع ضرورة تغيير الاتجاهات اثناء التحرك واحتلال المركز الدفاعي المناسب مع اي اشارة مرئية للهجوم
- التحرك بشكل سليم داخل اي مركز من المراكز الدفاعية من خلال استلام المهاجم بطريقة تناسب مع الموقف الهجومي وان تكون تحركاته مسيطرة لتحركات المهاجم واحتفاظه بمسافة امان بينه وبين المنافس مع حرية الحركة لنفسه لتفادي حجه من قبل المهاجم فضلا عن التحرك الأمامي الخلفي والجانبى والمائل بخطوات قصيرة ومحسوبة
- مقاومة اللاعب الذي معه الكرة بإخراج الكرة من سيطرته أثناء الطبطبة وعند أدائه التصويب وقطع التمريرات ومقاومته أثناء التغطية الدفاعية المفتوحة بطريقة رجل لرجل
- ومن بين أهم أسس لعب الدفاع الفردي ما يلي:**
 - وقفة الاستعداد الدفاعية الأساسية
 - التحرك للجانب
 - مقابلة المهاجم الذي يهدد المرمى
 - صد التصويب باليدين، ويتم بطريقتين: بدون قفز، وبالقفز
 - صد التصويب بيد واحدة
 - قطع أو تشتيت الكرة، (مهاجمة خط سير الكرة)، وهنا التوقع مهم قبل المهاجمة لتفادي مصيدة الخداع
 - قطع أو سرقة الكرة أثناء قيام اللاعب بتمرير الكرة أو التصويب
 - مهاجمة اللاعب واخذ الكرة منه أثناء الطبطبة
 - الدفاع ضد مهاجم الارتكاز (لاعب الدائرة)
 - الحفاظ على المسافات الدفاعية أمر ضروري جداً

واما انواع الخطط الدفاعية الفردية فيمكن ان وضحها في الخطط الاتية :

- أ : تحركات اللاعب المدافع :** مجموعة من التحركات المستمرة والضرورية والتي ينفذها المدافع من اجل إبقاء المهاجم في حالة ارباك من تنفيذ خطته الهجومية , وتشمل هذه التحركات الدفاعية الفردية : التحرك الى الامام – التحرك الى اليمين – التحرك الى الخلف – الملازمة بالجري جانبا
- ب - الاشتراك بالجسم:** يعد الاشتراك بالجسم بطريقة تتفق مع قواعد اللعب جزءا من العمل الدفاعي وبصورة خاصة فيما يتعلق بإغلاق مسارات جري المهاجم من اجل ان يتقدم بسرعة تجاه مرمى المدافع او يكون غاية المهاجم هو التقدم لأداء حجز لمدافع ما ليفتح لزميله المهاجم طريق للتقدم وتنفيذ خطته الهجومية ، وفي هذه الحالات يقوم اللاعب المدافع بالتصرف بما يتفق وقواعد اللعب التي تجيز له كما في المادة (8: 1 ج - والتي تسمح للاعب باستخدام الجذع لحجز المنافس وللصراع من اجل المكان).
- ولكن لا تسمح هذه القواعد بما يأتي:
- (8: 2 ب:** بحجز المنافس بالذراعين , اليدين أو الساقين , أو استخدام أي جزء من الجسم لإزاحته أو دفعه بعيداً, وهذا يشمل الاستخدام الخطير للكوع في الحالتين سواء في الموقع الذي ابتداءً فيه أو أثناء الحركة)



حالة المادة (8: 2 ب)



حالة المادة (8: 1 ج)

- ج - إخراج الكرة عن سيطرة اللاعب المنافس:** محاولة المدافع الحصول على الكرة التي بحوزة المهاجم بطريقة مشروعة للقيام بهجوم مضاد , اذ تسمح قواعد اللعب بإخراج الكرة باللعب من يد المهاجم وكما يأتي:
- المادة (8: 1 أ - والتي تسمح للاعب باستخدام اليد المفتوحة للعب الكرة من يد اللاعب الآخر).

ولكن لأتسمح هذه القواعد بما يأتي:

المادة (8: 2 أ) – والتي لا تسمح بسحب أو ضرب الكرة من يدي المنافس).

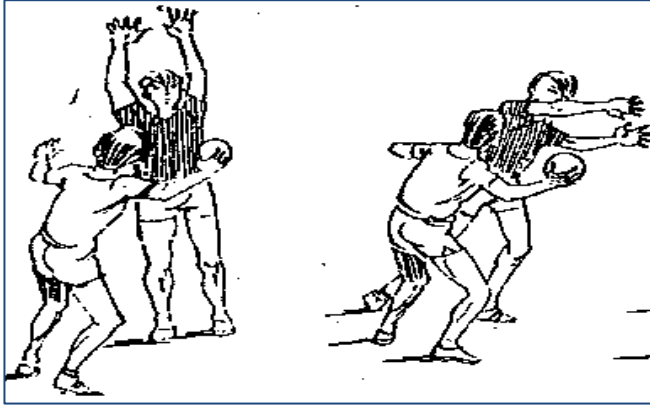
وبهذه الطريقة تكون الإمكانية الوحيدة للوصول إلى السيطرة على الكرة هي محاولة ذلك عندما يقدم المهاجم على : طبطبة الكرة , تمرير الكرة , التصويب على المرمى.



المادة (8: 2 أ)



حالة المادة (8: 1 أ)



د- **الصد عند التصويب :** من أجل حسم المدافع لموقفه الدفاعي تجاه محاولة المهاجم بحركات الخداع بالتصويب أو بالتصويب الفعلي على المرمى ان يواجهه , وتتطلب المواجه هذه عاملي الشجاعة والإصرار للتغلب على عنصر الخوف من التصويب الشديد مما يتطلب القدرة على التصور وسرعة رد فعل العالية , وان اداء هذا الحسم يتطلب أدائه في الوقت المناسب تماما

هـ- **التنافس على الكرة :**

الحالة الأولى: إذا كان الفريق المنافس مستحوذاً على الكرة بمعنى عدم استحواذ لاعب معين على الكرة (طائرة او متدحرجة ما بين المهاجمين ...) , وعلى سبيل المثال أثناء التمرير فانه من الممكن في هذه الحالة التقاط الكرة والاستحواذ عليها.

الحالة الثانية: إذا لم تكن الكرة تحت سيطرة أي من الفريقين (ضائعة او افلتت من يد المهاجم) , وعلى سبيل المثال تلك الكرات الخارجة عن السيطرة أثناء الطبطة المستمرة لها من اليد أو كرة ارتدت من المرمى باتجاه ساحة اللعب، فأن على اللاعبين جميعاً محاولة التنافس على الكرة والاستحواذ عليها.

ثانياً : الخطط الدفاعية الجماعية : وتشمل جميع التحركات المنظمة التي يقوم بها مدافعين اثنين فأكثر , اذ بعد إتقان المدافعين للقواعد الأساسية للخطط الدفاعية الفردية عليهم أن يدركوا بان الكثير من حالات اللعب تتطلب أن يتعاون أكثر من لاعب لكي يكون العمل الدفاعي ناجحاً، لذا فان تعاون أكثر من لاعب في تنفيذ الواجبات الدفاعية يُعرف بـ "الخطط الدفاعية الجماعية".

ومن الحالات التي تكون فيها الخطط الدفاعية الجماعية أكثر وضوحا عند اللعب وكما موضحة في الصور اسفل بما يلي :

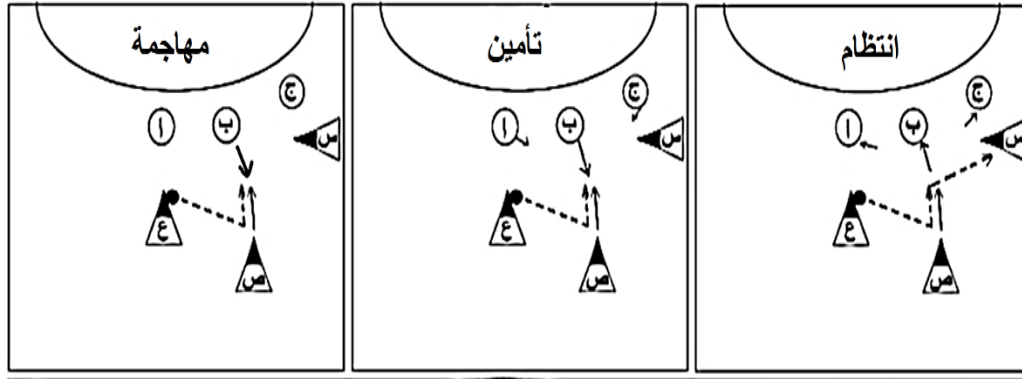
أ- المهاجمة - التأمين - الانتظام :

- في حالة (المهاجمة) من منطقة الوسط يعمل المدافع القريب على مهاجمة اللاعب المستحوذ على الكرة بطريقة ايجابية (بمراعات قواعد اللعب) بالدخول عليه لمنعه من التصويب الناجح على المرمى أو لتحديد إمكانيات تصويبه على الأقل، وبالمقابل يعمل المهاجم على سرعة التصويب مباشرة أو تقدم احد زملائه نحو الثغرة الناتجة عن مهاجمة المدافع لاستلام الكرة والتصويب أو ارجاع الكرة لاحد زملائه للمحافظة عليها لمعاودة الهجوم مرة أخرى. وتتم حركة مهاجمة المدافع لمهاجمه بـ:

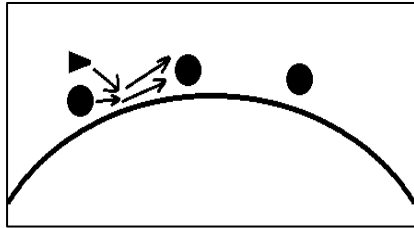
- التقدم للمهاجمة بخطوات قصيرة وسريعة تجاه المهاجم الذي يروم تهديد المرمى والتصويب.
- ملاحظة المدافع ان يهاجم من جانب ذراع التصويب للاعب المهاجم ، وما قد يأتي به المهاجم من حركات خداعية .
- التعاون التام مع حارس المرمى والذي ينتج عنه تغطية جزء من زاوية التصويب وترك الجزء الآخر لحارس المرمى

- اما في حالة (التأمين) فيتم تأمين الثغرات الناتجة في الدفاع والتي يسببها قيام المدافع بـ (المهاجمة) والتقدم تجاه احد المهاجمين عن طريق رجوع احد المدافعين المجاورين أو بعضهم من اجل التغطية وتأمين هذه الثغرة في جدار الدفاع لحين رجوع المدافع لموقعه الدفاعي الصحيح

- اما في حالة (الانتظام) فبعد نجاح (المدافع المهاجم لمنافسه) في مهمته يرجع الى مكانه الدفاعي الصحيح ويعيد انتظامه في صف المدافعين وبصورة سريعة في اتجاه جانب الكرة



ب- استلام المنافس - ملازمته / تسليم المنافس للزميل / استلام المنافس من الزميل :



(استلام المنافس - ملازمته) عند قيام المهاجمين وخصوصا لاعبي الدائرة بالتحرك على حدودها املأ في الحصول على كرة أو لأجل انشاء ثغرات لزملائهم من اجل الاختراق والتصويب , فحينها تعمل المجموعة الدفاعية في تعاون تام وكامل، إذ يتم استلام المهاجم القائم بالتحرك من جانب الذراع الرامية له وملازمته طوال تواجده في المجال الدفاعي للمدافع ومقاومته مع تسليمه للزميل المجاور (تسليم المنافس للزميل) عند دخوله للمنطقة المجاورة ليعمل زميل المدافع على استلام المهاجم بشكل امن (استلام المنافس من الزميل) .

ج- صد التصويب على المرمى : صد تصويب المهاجم للكرة باتجاه المرمى افضل طريقة للدفاع عن المرمى من هدف يكاد ان يكون محقق , لذلك يكون صد التصويب في مجموعة افضل من الصد الفردي خصوصا عند الرمية الحرة القريبة من خط ال9 م , لكن لا بد أولا من التعرف على نية المهاجم في التصويب وانه لا يخادع

بالصوب لتكون عملية الصد ناجحة وفي اللحظة المناسبة (لحظة أداء حركة التصويب الفعلية للمهاجم) وينجح من وضع ذراعه في خط مسار التصويب وصد الكرة.

د- التصرف أثناء الحجز : ويقصد بالحجز هنا هو حجز المهاجم للمدافع وتقييد حركته من اجل ان يتمكن زميل المهاجم من تنفيذ واجبه الهجومي , لذلك ينبغي على المدافع وباستمرار أن يكون مستعدا لمواجهة محاولات حجز المهاجمين له لكون الحجز عند الهجوم واحدا من أكثر وسائل الهجوم الخطئية فاعليه .
ويتلخص رد المدافع المحجوز (طرق تفادي المدافع لحجز المهاجم) على النحو الآتي :

- يهاجم المدافع (المهاجم المستحوذ على كرة) ويحاول التخلص من الحجز بالمواجهة مع قيامه في الوقت نفسه بتقييد حرية حركة المهاجم وقدرته على التصرف.
- محاولة المدافع التحرك والتخلص من جانب المهاجم القائم بالحجز
- محاولته التخلص من الخلف لاستعادة حريته على الحركة مرة أخرى، وتطويل مسار ركض اللاعب المهاجم الذي يحاول المدافع التخلص منه
- يعمل المدافع على مزاحمة المهاجم اثناء محاولته الحجز وهو في حالة تحرك إلى داخل مكان الحجز
- يعمل المدافع على إغلاق مسار تحرك المهاجم اثناء توجهه للمدافع او اثناء محاولة القيام بالحجز لمنع عملية الحجز برمتها

ثالثاً : خطط دفاع الفريق : وتشمل جميع التحركات المنظمة والمتناسقة التي يقوم بها جميع مدافعي الفريق ضد التحركات والتكوينات الهجومية القريبة من منطقة المرمى , وينبغي أن يكون لاعبي الفريق المدافع اثناء تنفيذ خطط الدفاع الفريقية في وضع يسمح لهم القيام بالاتي :-

- نقل ثقل الدفاع للجانب الذي تتواجد فيه الكرة.
- استخدام الدفاع عن المنطقة والانتقال السريع من طريقه إلى أخرى وإجادة تبديل التشكيل الدفاعي من - الدفاع رجل لرجل إلى تشكيل الدفاع عن المنطقة.
- التعرف على أسلوب اللعب الاختياري ومقاومة نجاحه.
- منع الفريق المهاجم من إنهاء الرمية الحرة بنجاح.
- معالجة النقص العددي ومحاولة سد الثغرات الدفاعية.
- استثمار التفوق العددي على الفريق المهاجم ومحاولة انتزاع الكرة منهم.
- تعاون جميع المدافعين مع حارس المرمى.

3- طرائق الدفاع وكيفية اختيارها : من اجل التغلب على أساليب الهجوم المتقنة والمنظمة للفريق المهاجم

يتطلب من أعضاء الفريق المدافع التعاون وتوحيد الجهود الدفاعية و الانتقال من الدفاع الفردي أو دفاع المجموعات إلى العمل كوحدة واحدة في الدفاع ، وهذا ما يسمى بالدفاع الفرقي , ويمكن تنفيذ العمل الدفاعي للفريق ككل باستخدام ثلاث طرق رئيسيه للدفاع هي :

أ- طريقة الدفاع عن المنطقة(أساليب العمل اللحظي داخل التشكيلات الدفاعية)

ب- طريقة الدفاع رجل لرجل

ج- طريقة الدفاع المركب او المختلط

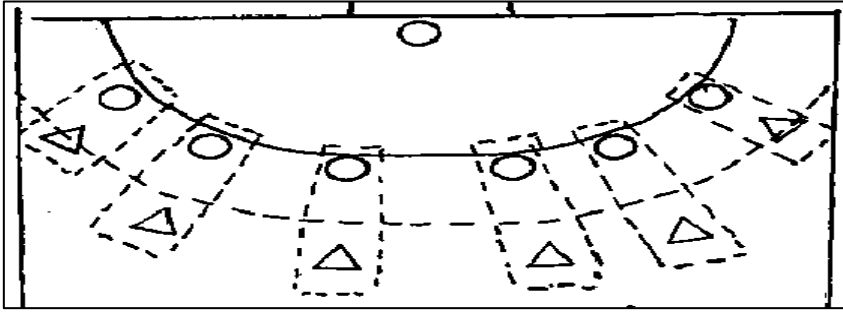
وإن لجوء الفريق المدافع إلى استعمال احدى هذه الطريق يكون بتوجيه من المدرب ، وهذا التوجيه يجب أن يكون مبني على أسس علميه وعملية بما يؤمن أفضل النتائج للفريق المدافع. ومن هذه الأسس التي تعتمد في اختيار الطريقة الدفاعية المناسبة هي:

- أن يكون اختيار الطريقة الدفاعية بما يتلاءم مع الخطة الهجومية للفريق المنافس.

- إن الطريقة المختارة يجب أن تتلاءم مع خبرة اللاعبين المدافعين وقدراتهم المهارية والبدنية (أي تم التدريب عليها).
- عندما يرغب المدرب بالتغيير من طريقه دفاعيه إلى أخرى أثناء المباراة فيجب عليه أن يأخذ بنظر الاعتبار عدد الأهداف التي سجلها فريقه أو التي سجلت على فريقه وكذلك مدة الزمن المتبقي من المباراة.

أ- طريقة الدفاع عن المنطقة (أساليب العمل اللحظي داخل التشكيلات الدفاعية) :

تعد هذه الطريقة من أفضل وأكثر الطرق استخداماً في لعبة كرة ليد، وتتلخص هذه الطريقة، بأن يعمل جميع أفراد الفريق المدافع كوحدة واحدة للدفاع ضمن المنطقة القريبة من خط الـ 6 أمتار، من خلال تحركات وواجبات دفاعية لحظية يقوم بها المدافع داخل إطار المجموعة للتشكيل الدفاعي، إذ إن من الأهمية أن تتم هذه التحركات والواجبات والمسؤوليات اللحظية الفردية في توقيتها المتزامن داخل التحركات الجماعية للتشكيل الدفاعي الذي يتخذه الفريق للمحافظة على تماسكه ضد جميع العمليات الهجومية التي تتم.



ولضمان نجاح الفريق المدافع في مهمة الدفاع لابد لهم من إتباع ما يأتي:

- 1- العمل الدفاعي اللحظي من داخل التشكيل : وهنا على كل مدافع أن يؤدي واجباته الدفاعية ضمن حدود منطقته داخل التشكيل، على أن يكون أداء الواجبات بتصرف ميداني سريع وذكي وحسب ما متفق عليه مسبقاً في التدريب وإحدى الطرق الآتية:



أ- بطريقه سلبية: وفيها ينتظر المدافع مهاجمه المسئول عن مراقبته في مركزه الدفاعي.



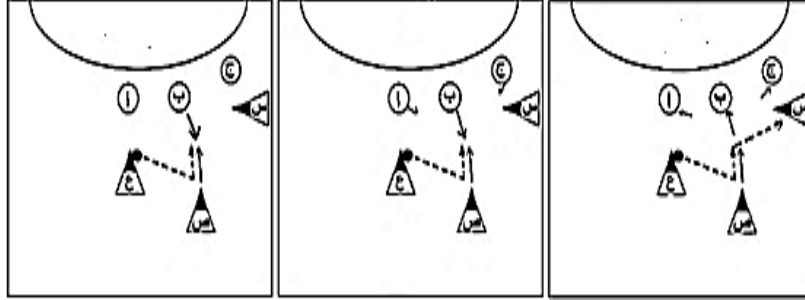
ب- بطريقه هجومية: وفيها يتقدم المدافع لملاقاة مهاجمه لإرباكه بعد استلامه الكرة



ج- بطريقه حادة: وفيها ينقض المدافع على مهاجمه لحظة استقباله الكرة

- 2- تأمين حالة التساوي العددي : وتعد من أصعب مسؤوليات دفاع المنطقة، بحيث يقوم المدافعون بالعد باستمرار، وتنظيم مواقفهم الدفاعية بناء على هذا وبحيث يكون لكل مدافع لاعب مهاجم يراقبه في كل لحظه، ويحاول المدافع الخالي من مهاجم بالبحث بسرعة عن مهاجمه، إذ أن خلوه من العمل الرقابي يؤكد وجود زيادة عدديه في مركز دفاعي ما، ويحسم مثل هذا الامر بطريقة العد في التشكيل (6-0)، إذ يكون اللاعب الأول من كل جهة من خط الدفاع هو المدافع رقم واحد، ويكون مسئولاً عن مراقبه المهاجم (الجناح) وهكذا فأنا اللاعب الثاني يتولى مسؤولية المهاجم الأقرب إلى الوسط

3- محاولة تحقيق التفوق العددي على المهاجمين لتأمين الموقف الدفاعية : عندما يتقدم احد المدافعين لمواجهة مهاجم مستحوذ على كره ، فأن مسؤولية المدافعين المجاورين هي القيام بتأمين المنطقة الخالية من الرقابة ، فضلاً عن مسؤوليتهم الدفاعية ضد المهاجم القريب ضمن منطقتهم، فإذا حاول المهاجم المستحوذ على الكره استغلال هذه الثغرة الدفاعية فانه سيواجه أكثر من لاعب مدافع يحد من حركته، وبهذا يتحقق التفوق العددي



4- التحرك السريع تجاه وجود الكرة : وهو ان يتحرك جميع المدافعين كوحدة واحدة تجاه تواجد الكرة لتحقيق زخم دفاعي في تلك المنطقة ولتضييق الثغرات الدفاعية بجانب في مكان تواجد الكرة ، مما يحد من حركة الفريق المهاجم، ويحول دون تمرير الكرة إلى لاعبي الدائرة في منطقة الهجوم الأمامية، ولنجاح ذلك يتطلب من الفريق المدافع حركة انسيابية ذاتية للأمام وللخلف وللجانبيين ومتناسبة مع سرعة حركة الكرة

5- التوافق الجيد في التسليم والتسلم : يتوقف نجاح المبادئ السابقة على قدرة أعضاء الفريق المدافع في التوافق في عملية تسليم وتسلم المهاجمين في حدود المنطقة الدفاعية، بحيث يقوم كل لاعب مدافع وضمن حدود منطقتهم بملازمة اللاعب المهاجم وعدم التخلي عنه إلا بعد أن يسلمه لزميله المجاور ، ولكي تتم هذه العملية بنجاح، يجب أن يكون هناك تدريب مسبق عليها ، علماً إن عملية التسليم والتسلم يمكن أن تتم بإشارة لفظية أو حركية مع مراعاة إن التسليم يكون أولاً، ثم يتبعه مباشرة التسلم للمهاجم الجديد.



مزايا طريقة الدفاع عن المنطقة

- تساعد على توظيف المهارات الدفاعية الفردية ضمن العمل الدفاعي الفرقي مما يساعد على تغطية المدافع الضعيف.
- تساعد اللاعب المدافع في بذل جهد دفاعي اقل وذلك من خلال ارتباط عمل المدافع بمراقبة المهاجم ضمن منطقته محددة.
- تسمح باستئناف هجوم خاطف بسهولة.
- تساعد أعضاء الفريق المدافع بالانتظام في تشكيل دفاعي مرن ومتحرك حول وأمام خط المرمى مباشرة، إذ يتخذ كل لاعب مدافع مكاناً دفاعياً في هذا التشكيل، يتناسب مع قدراته وقابليته الدفاعية، مما يعزز مسؤولية كل لاعب مدافع، ويزيد من إمكانية تعاونه مع الآخرين لسد الثغرات الدفاعية والعمل على تقليصها.
- تعتبر انسب طريقة للحد من خطورة الفريق المهاجم الذي يجيد أعضاءه اللعب والتصويب من المناطق القريبة.

عيوب طريقة الدفاع عن المنطقة

- غير فعالة ضد الفريق الذي يمتلك مهاجمين يجيدون اللعب والتصويب من المناطق البعيدة.
- تتسم بالسلبية في الحصول على الكرة، وخصوصاً في حالة كون الفريق المدافع مغلوباً بفارق قليل من الأهداف وفي الدقائق الأخيرة من وقت المباراة.

تشكيلات الدفاع عن المنطقة

لكي يؤدي أعضاء الفريق المدافع واجباتهم الدفاعية تجاه أعضاء الفريق المهاجم، لابد أن تكون هناك قاعدة أساسية ، يستطيع من خلالها أعضاء الفريق المدافع تنظيم وقفتهم والتعرف على حدود مسؤولياتهم، وبالتالي توحيد جهودهم الدفاعية للحد من خطورة الفريق المهاجم، أو إرباك خطة هجومية أو الحصول على الكرة، وتحقيقاً لهذه الأغراض كان لابد لأعضاء الفريق المدافع أن ينتظموا في تشكيلات معينة، تختلف الواحدة عن الأخرى باختلاف عدد الخطوط، يقف فيها اللاعبون المدافعون، بعد أو قرب هذه الخطوط عن منطقة المرمى، وهناك عدة تشكيلات للدفاع عن المنطقة يمكن حصرها بما يأتي :

(0 - 6) ، (1 - 5) ، (5 - 1) ، (2 - 4) ، (3 - 3) ، (1 - 2 - 3) ، (2 - 1 - 3)

إن هذه التشكيلات مرنة ، قابلة للتغير في كل لحظة من لحظات المباراة طبقاً لأشكال تحرك اللاعبين المهاجمين ومواقف اللعب المتغيرة ، لذلك يمكن أن يكون التشكيل الدفاعي : **مفتوح او مغلق.**

- **التشكيل الدفاعي المفتوح :** يتكون التشكيل الدفاعي المفتوح من ثلاثة خطوط ، أو خطين إذ يزيد عدد المدافعين في الخط الأمامي عن الخط الخلفي، ويمكن أن يكون التشكيل الدفاعي مفتوح في حالة تساوي عدد اللاعبين في الخطين (3 - 3) إذ يتحدد هذا التشكيل إذا كان مفتوح أو مغلق على المسافات الدفاعية البينية.
- فإذا كان تكتل اللاعبين على خطين يكون التشكيل الدفاعي مغلق أما إذا زادت واتسعت المسافات الدفاعية عن الخطين فيعد التشكيل الدفاعي في هذه الحالة مفتوح.
- وهناك عدة تشكيلات دفاعية مفتوحة منها : التشكيل (1 - 2 - 3) ، والتشكيل (2 - 1 - 3) ، والتشكيل (5 - 1) ، والتشكيل (3 - 3) ، ويتطلب التشكيل الدفاعي المفتوح مستوى عال جداً من اللياقة البدنية لأن المسافات الدفاعية البينية كبيرة فأصبحت تحركات الرجلين لها الأهمية الكبيرة في ملء المسافات والفراغات الدفاعية.

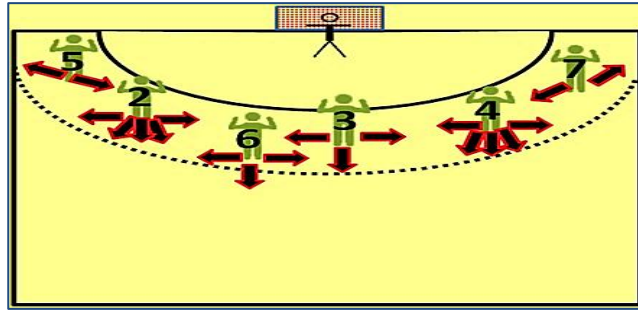
ويهدف التدريب على الدفاع في التشكيل الدفاعي المفتوح إلى:

- تطوير المهاجمة المقننة لخط سير الكرة أثناء التمرير.
 - تطوير المهاجمة القوية لجسم المهاجم الذي معه الكرة.
 - تعطيل وإيقاف استمرارية الهجوم.
 - تطوير آلية التحرك داخل التشكيل.
 - تطوير القدرة على التغطية اللحظية (الآنية) لمساعدة الزميل.
 - التسليم والتسلم.
 - التعاون بين المدافع وحارس المرمى.
 - إبعاد المهاجمين إلى خارج منطقة وسط اللعب.
 - التراجع في مكان تواجد الكرة.
 - ملء المسافات الدفاعية من خلال تحريك اليدين لأعلى واسفل عند التراجع.
 - **التشكيل الدفاعي المغلق :** يتكون التشكيل الدفاعي المغلق من خط دفاعي واحد مثل التشكيل الدفاعي (0 - 6) أو خطين دفاعيين اثنين إذ يزيد الخط الدفاعي الخلفي على الخط الدفاعي الأمامي مثل التشكيل (1 - 5) ، وكذلك التشكيل (2 - 4) .
- ويهدف التدريب على الدفاع في التشكيل الدفاعي المغلق إلى تطوير:**
- القدرة على المراقبة.
 - القدرة على المهاجمة القوية.
 - القدرة على سرعة التسليم والتسلم .

- القدرة على سرعة التعاون بين المدافع وحارس المرمى .
- آلية التحرك داخل التشكيل.
- آلية التحرك اللحظي داخل التشكيل.
- إن الإجراءات الوقائية التي يتخذها الدفاع ضد لعب المواقع تتركز على وسيلتين خططية هما:
- الحد من خطورة المهاجمين السواعد في عمق المنطقة التي يمكن منها التصويب من المناطق البعيدة.
- السلوك التوقعي الذي يستهدف بشكل أساسي قطع التمريرات المقصودة إلى احد المهاجمين المندفعين إلى الأمام.

التشكيل الدفاعي (6 - 0)

يعد تشكيل دفاعي اساسي لكافة التشكيلات الدفاعية الأخرى. وفيه يقف جميع اللاعبين المدافعين على خط واحد ، موزعين بمسافات متساوية أمام خط الـ 6 أمتار، مما يساعد على تغطية أكبر مساحه على امتداد خط منطقة المرمى. وفعالية هذا التشكيل تظهر جليا من خلال إعاقه وتعطيل حركة المهاجمين في المنطقة المحصورة بين خط الـ 6 أمتار وخط الـ 9 أمتار، وذلك من خلال حرية الحركة للأمام والخلف والجانب والتي يتيحها هذا التشكيل للاعبين المدافعين ، وإن نجاح العمل الدفاعي للفريق في ظل هذا التشكيل يعتمد اعتماد كبير على قدرة المدافعين في التحرك السريع المتناسق.



واجبات المدافعين في الأجنحة:

- إعاقه المهاجم في منطقة الجناحين ومنع تحركه للداخل، وذلك بحجز طريق أو مسار تقدمه الدفاع ضد التشكيلات الهجومية التي تنفذ من مراكز الأجنحة ومنع التصويب منها.
- مساعدة الزميل المجاور عند نقل الهجوم إلى المركز المجاور له.
- التحرك الجانبي السريع للداخل في اتجاه الوسط عند انتقال ثقل الهجوم إلى الجناح الآخر.

واجبات المدافعين في منطقة الوسط:

- أن يكون كل مدافع مسئول في كل لحظة عن احد اللاعبين المهاجمين سواء الخلفيين أو لاعبي الدائرة ، وتبعا لمواقف اللعب.
- أن يكون كل لاعب أمام خط منطقة المرمى، وفي نفس الوقت على استعداد للانقضاض السريع ومهاجمة منافسه ناحية الذراع الرامية لحظة استحواذه على الكرة.
- منع المهاجم من التصويب، وإرباكه خلال التمرير أو محاولة قطع الكرة عند تمريرها له.
- رجوع المدافع مباشرة إلى الموقع الأصلي في التشكيل بعد تمرير مهاجمه للكرة، ثم التحرك مع المدافعين نحو الاتجاه الذي تحركت إليه الكرة حتى يزيد من الكثافة الدفاعية.
- محاولة التغطية لزميله المجاور الذي تحرك لمواجهة المهاجم المستحوذ على الكرة.
- التعاون مع المدافعين المجاورين والتنسيق في عملية تسليم وتسلم المهاجم.

مزايا التشكيل الدفاعي (6 - 0) :

- يندر وجود ثغرة دفاعية نتيجة ل تماسك الدفاع وتغطيته للدائرة تغطية كاملة.
- الوضوح الكبير في أماكن تحرك اللاعبين المدافعين، وتحديد مسؤولية كل لاعب مدافع ومعرفته للمهاجم المسئول عنه.
- يمكن متابعة تحركات المهاجمين بكل سهولة.
- يحد من خطورة المهاجمين الأماميين (لاعبي الدائرة) وتعطيل حركتهم.

عيوب التشكيل الدفاعي (6 - 0) :

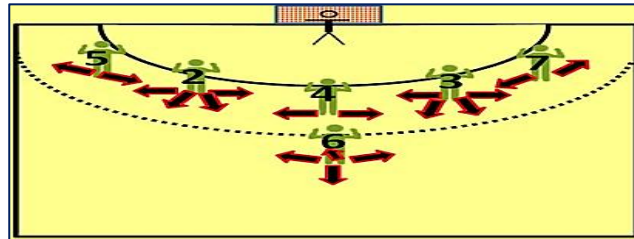
- لا يحد من خطورة المهاجمين الخلفيين، ويعتبر مجال التصويب مفتوحاً أمام المهاجمين الذين يجيدون التصويب البعيد.
- يعطي فرصه للفريق المنافس الفائز بقليل من الأهداف بالاحتفاظ بالكرة لفترة أطول، وبالتالي الحفاظ بفارق الأهداف والفوز.

مجال استخدام التشكيل الدفاعي (6 - 0) :

- على الرغم مما يتصف به هذا التشكيل من مزايا وما يتصف به من عيوب، إلا أنه يبقى التشكيل الأساسي الذي يستخدم:
- من قبل المبتدئين، إذ يجب عليهم إتقانه لأنه الأساس لتعلم وإتقان التشكيلات الأخرى في دفاع المنطقة.
- من قبل الفريق الذي يتمتع معظم أعضائه بضخامة الجسم وطول القامة والذي تكون حركتهم عادة أقل سرعة من المهاجمين.
- من قبل الفريق المدافع الذي يمتلك حارس مرمى جيد في صد التصويب البعيد.
- من أي فريق مدافع يلعب أمام فريق مهاجم لا يمتلك بين صفوفه مهاجمين يجيدون التصويب البعيد.
- في حالة تقدم الفريق المدافع بفارق لا بأس به من الأهداف على الفريق المهاجم.

التشكيل الدفاعي (5 - 1)

في هذا التشكيل يلاحظ وقوف اللاعبين المدافعين في خطين دفاعيين ، إذ يقف في الخط الأمامي لاعب مدافع، أما بقية اللاعبين الخمسة فينظمون في الخط الدفاعي الخلفي ويتوزعون على خط منطقة المرمى ، وعلى الرغم من أن وقوف اللاعبين بهذا الشكل يزيد من القوة الدفاعية للفريق في المنطقة الأمامية ومنطقة الوسط، إلا أن التغطية في منطقة الجناحين تكون قليلة وضعيفة إلى حد ما . لذا فإن نجاح الفريق في الدفاع عن المنطقة في ظل هذا التشكيل يتوقف إلى حد كبير على التنسيق الجيد في عمل المدافع الأمامي وعمل المدافعين الخلفيين وعلى مدى تعاونهم في تعزيز القوة الدفاعية في منطقة الجناحين.



وطبقاً لماكن اللاعبين في هذا التشكيل يمكن تحديد واجباتهم الدفاعية على الشكل الآتي:

واجبات المدافع الأمامي:

- حماية المنطقة الدفاعية الأمامية ضد أي لاعب مهاجم يأتي لاستغلال هذه المنطقة الخطرة المواجهة للهدف.
- يتحرك للأمام بحدود واحد إلى أربعة أمتار لمهاجمة اللاعب المستحوذ على الكرة وإرباكه والحد من حركته في حدود هذه المنطقة، ثم يعود إلى مكانه أمام خط الـ 7 أمتار حالا، عند تحول الكرة من منطقة الوسط إلى الجانب، أو عندما يلجأ الفريق المهاجم للتغير من خطة الهجومية واللعبة بلاعب ارتكاز على الدائرة.
- العمل على إعاقة التصويب من منطقته الدفاعية المتقدمة.
- العمل على منع المهاجمين الخلفيين من الاختراق وقطع تمريراتهم للاعبين الدائرة.
- الاستعداد التام للقيام بالهجوم الخاطف أو مساعدة الجناحين لتنظيم الهجوم الخاطف الموسع مباشرة عند استعادة السيطرة على الكرة من قبل فريقه المدافع.

واجبات المدافعين في منطقة الوسط:

- يقوم اللاعب الوسط بتأمين المنطقة الدفاعية ضد لاعبي الدائرة واللاعبين الذين يتحركون في هذه المنطقة، مع قيامه بنفس الوقت بصد وإعاقة التصويب على المرمى وذلك بالتعاون مع كل من المدافع الأمامي رقم (6) والمدافع الأوسط الأيسر والمدافع الأوسط الأيمن.
- أما المدافع الأوسط الأيسر والأوسط الأيمن فلا تقتصر واجباتهم الدفاعية على التعاون مع اللاعب الأوسط واللاعب الأمامي لصد التصويب وقطع الكرات، بل تعدى إلى العمل والتعاون مع اللاعبين في الأجنحة.

واجبات المدافعين في الأجنحة:

- يحاول كل من المدافعين في الجناحين الأيسر والأيمن التواجد في حدود منطقته الدفاعية والتنسيق مع المدافع القريب لتغطية وتأمين منطقته الدفاعية الواسعة.

مزايا التشكيل الدفاعي (5 - 1)

- يساعد في الحد من خطورة المهاجمين الخلفيين الذين يجيدون التصويب من المناطق البعيدة، خصوصا من المنطقة الموجهة للهدف.
- يساعد المدافع الأمامي من التحرك وأداء واجباته الدفاعية في مجال واسع.
- يساعد في سرعة بناء هجوم خاطف عند قطع الكرة.

عيوب التشكيل الدفاعي (5 - 1)

- التغطية الدفاعية تكون قليلة وضعيفة في الجناحين.
- يعد هذا التشكيل ضعيف وغير فعال ضد الفريق الذي يجيد بعض لاعبيه اللعب على الدائرة.

مجال استخدام التشكيل الدفاعي (5 - 1)

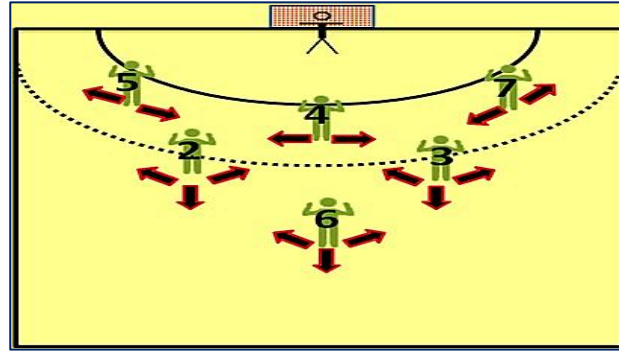
- يستخدم هذا التشكيل ضد الفريق المهاجم الذي يجيد بعض لاعبيه من المهاجمين الخلفيين التصويب البعيد والتمريرات السريعة، وقد تطورت الطريقة الدفاعية (5 - 1) المقلوبة أي (1 - 5) أي أن لاعب واحد بين خطي الـ 6 م والـ 9 م وخمسة لاعبين متقدمين خارج خط الـ 9 م.

التشكيل الدفاعي (3 - 2 - 1)

يتطلب هذا التشكيل ارتفاع مستوى الدفاع الفردي ضمن التشكيل الدفاعي الفرقي، إذ يكون كل لاعب مدافع مسئولاً عن المنطقة المحددة له، وعن المهاجم المواجه له في مركزه، إذ يقوم بمراقبته، والحد من خطورته، وعدم السماح له بالتقدم نحو منطقة المرمى، وبصورة خاصة إذا كان مستحوذاً على الكرة، و لهذا الغرض وضع المدافع الأمامي في الخط الدفاعي الأول أمام منطقة الـ 9 أمتار، ويمتاز هذا اللاعب عادة بسرعة الحركة، إذ تمكنه من قطع الكرات الممرة إلى صانع العاب الفريق المهاجم، وبالتالي استغلال تلك الكرات في شن هجوم مضاد خاطف.

وفي الخط الدفاعي الثاني يقف لاعبان مدافعان يفضلان أن يكونا طوال القامة، لصدد التصويب العالي والحد من قوة المهاجمين على خط الـ 9 أمتار، وذلك بقطع الكرات الممررة إليهم أو منع تقدمهم داخل منطقة الـ 9 أمتار.

أما في الخط الدفاعي الثالث لهذا التشكيل فيقف ثلاثة مدافعين مسئولين عن تغطية المنطقة القريبة لخط منطقة المرمى وعن اللاعب المهاجم الذي يلعب على الدائرة.



مزايا التشكيل الدفاعي (3 - 2 - 1):

- يحد من فاعلية صانع الألعاب للفريق المهاجم، ويمنع توصيل الكرة للمهاجم القريب على الدائرة.
- يحد من حركة المهاجمين الخلفيين على خط الـ 9 أمتار وتعطل حركة تقدمهما باتجاه منطقة المرمى، وبالتالي يحد من خطورة التصويب لهؤلاء المهاجمين.
- يساعد في سرعة بناء هجوم خاطف عند قطع الكرة.

عيوب التشكيل الدفاعي (3 - 2 - 1):

- يعطي الفرصة للاعبين المهاجمين في الجناح للتحرك في مجال واسع وخالي من الرقابة الدفاعية.
- يحتاج هذا التشكيل إلى تناسق كبير في عمل المدافعين في الخطوط الدفاعية الثلاثة ولا يمكن إتقانه إلا من قبل الفرق المتقدمة.

ب- طريقة الدفاع رجل لرجل : في هذه الطريقة يتعين على كل لاعب مدافع القيام بمراقبة ومتابعة لاعب معين من أعضاء الفريق المهاجم، محاولاً وضع ذلك اللاعب في وضع غير مناسب للاستلام أو التمرير أو الطبطبة أو التصويب، ويتم ذلك بنجاح من خلال التطبيق العملي لطريقة الدفاع رجل لرجل، ويتعين على أعضاء الفريق المدافع أن يتمتعوا بلياقة بدنية عالية وخبرة وذكاء ميداني عالٍ يساعد كل مدافع من متابعة اللاعب المهاجم المسئول عنه وتوقع حركته وتغيير اتجاهاته، وهذا يحتم على اللاعب المدافع أن يبقى متحفزاً، ويتحرك بخطوات قصيرة وسريعة مع مد الذراعين جانباً مع ملاحظة رفعهما أو خفضهما لعرقلة أي محاوله أو خطة قد يقوم بها اللاعب المهاجم، كما إن على كل لاعب مدافع تركيز

نظرة على اللاعب المهاجم أو يحاول أن يوزع نظره بين المهاجم والكره، ويستمر في مراقبتها في حذر وانتباه , وأخيرا فان على كل لاعب مدافع أن يكون حريصا على تقليل المسافة الدفاعية بينه وبين المهاجم كلما اقترب الأخير من الهدف وكلما حاول التصويب.

وهناك ثلاث طرق رئيسيه يستطيع أعضاء الفريق المدافع من خلالها تنفيذ واجباتهم الدفاعية عند تطبيق طريقه الدفاع رجل لرجل:

1- طريقة الدفاع عن بعد : وفي هذه الطريقة يقوم اللاعبون المدافعون بتنفيذ واجباتهم الدفاعية



تجاه الفريق المهاجم، عندما يتقدم المهاجمون قرب منطقة المرمى، وهذه الطريقة مشابهة إلى حد كبير لطريقة الدفاع عن المنطقة، إلا أن المدافعين لا يتقيدوا بوقفه معينة أو مركز معين، وذلك لان كل لاعب مدافع سوف يتابع المهاجم المسئول عنه في مكان يتحرك إليه ضمن المنطقة القريبة من الهدف .

ويلجأ الفريق المدافع إلى استعمال هذه الطريقة عندما يكون أعضاء الفريق المهاجم متفوقين عليهم في سرعة الحركة وسرعة تمرير الكرة ولديهم قدرة عالية على المراوغة والخداع .

2- طريقة الدفاع عن قرب في نصف الملعب الخاص: وفي هذه الطريقة يقوم كل لاعب مدافع



بتنفيذ واجباته الدفاعية تجاه المهاجم المسئول عنه مباشرة حال دخول المهاجم إلى منتصف الملعب الخاص بالمدافع، إذ يقوم كل مدافع بملازمة لاعبا مهاجما ويراقبه عن كثب ويعيق تحركاته.

ويلجأ الفريق المدافع إلى استخدام هذه الطريقة عندما تكون قدراته البدنية و المهارية مكافأة مع قدرات الفريق المهاجم.

3- طريقة الدفاع الضاغط : في هذه الطريقة يقوم كل لاعب مدافع بتنفيذ واجباته الدفاعية تجاه



المهاجم مباشرة حال فقدان السيطرة على الكرة ويستمر على ذلك الى ان يتراجع لمنطقة مرماه ، إذ يلزم المدافع بمتابعة ومراقبة المهاجم في كل إرجاء الملعب , ويلجأ الفريق المدافع إلى استخدام هذه الطريقة عندما يكون أعضاؤه متفوقين على أعضاء الفريق المهاجم من ناحية القدرات المهارية والبدنية، و بصورة خاصة فيما يتعلق بالقدرات البدنية.

ويعتمد نجاح طرائق الدفاع الثلاث سابقة الذكر على الاتي :

- التعاون الجماعي بين المدافعين .
- التعود على الحركة المستمرة في الدفاع .
- اتخاذ الوضع الدفاعي اليقظ والمتزن والمناسب والايجابي لكل موقف وحاله.
- حسن توقع خط سير الكرة لمحاولة قطعها أو تشتيتها.
- الانقضاض على اللاعب المهاجم المسيطر على الكره.
- التعاون مع حارس المرمى.
- تعطيل وإيقاف المهاجمين بدون كرة وبصورة خاصة أثناء تنفيذ العمل الخططي الهجومي.
- المقابلة مع اللاعب المهاجم المستحوذ على كرة والايجابي على المرمى.

وهناك ايضا ثلاثة أساليب رئيسيه يستطيع المدرب من خلالها تحديد المسؤولية الدفاعية لكل

لاعب مدافع أثناء تطبيق طريقة الدفاع رجل لرجل:

- 1 - أسلوب الدفاع بالتعيين: وطبقا لهذا الأسلوب فأن المدرب يقوم مسبقا بتحديد لاعب مهاجم لكل لاعب مدافع، إذ يتولى كل لاعب مدافع مراقبة ومتابعة المهاجم المسئول عنه والذي حدد له من قبل المدرب بغض النظر عن طريقة التنفيذ لطريقة الدفاع رجل لرجل وسواء كان ذلك بطريقة الدفاع عن بعد أو عن قرب أو بالدفاع الضاغط.

2 - **أسلوب الدفاع بالالتقاط:** وطبقا لهذا الأسلوب يتعين على كل لاعب مدافع مراقبة ومتابعة إي لاعب مهاجم قريب منه مباشرة عندما يفقد أعضاء فريقه المدافع السيطرة على الكرة، ويبقى مع ذلك المهاجم حتى ينجلي الموقف لصالح الفريق المدافع.

3 - **أسلوب الدفاع بالتغيير:** إذ يتولى اللاعب المدافع مراقبة ومتابعة اللاعب المهاجم الذي يواجهه ، وهذا يتطلب درجة عالية من التفاهم بين المدافعين.

مزايا طريقة الدفاع رجل لرجل:

- تعتبر ضرورية لتعلم وإتقان الطرائق الدفاعية الأخرى، إذ أن اللاعب الذي يتقن الدفاع بهذه الطريقة يمكن أن يتعلم ويتقن أي طريقة أخرى للدفاع بسهولة.
- تحدد مسؤولية كل لاعب مدافع بشكل واضح ويمكن بواسطة هذه الطريقة مقابلة الميزة الهجومية بميزة دفاعية، بحيث يُعين لكل لاعب مدافع جيد لاعب منافس أكثر خطورة وهكذا بالنسبة لبقية اللاعبين.
- يمكن أن تستخدم ضد أي طريقة هجومية.

عيوب طريقة الدفاع رجل لرجل:

- يصعب من هذه الطريقة البدء بهجوم خاطف نظرا لعدم وقوف اللاعبين المدافعين في أماكن معينة عند استعادتهم السيطرة على الكرة.
- غير فعاله ضد الفريق المهاجم الذي يتفوق أعضاؤه على أعضاء الفريق المدافع في مستوى الإعداد البدني والمهاري.
- تحتاج إلى مجهود كبير، لذا لا يمكن استخدامها لفترات طويلة.

مجال استخدام طريقة الدفاع رجل لرجل :

لما كان إتباع طريقة الدفاع رجل لرجل يتطلب جهدا كبيرا وفيها نوع من المجازفة في حالة تخلص احد المهاجمين أو إفلاته من الرقابة الدفاعية، فان الفريق المدافع لا يلجأ إلى استخدام هذه الطريقة إلا في حالات خاصة، وفترات زمنية قصيرة يستطيع الفريق المدافع خلالها الاستمرار في مواصلة الجهد البدني بمستوى عال.

وتستخدم طريقة الدفاع رجل لرجل في الحالات الآتية:

- في الدقائق الأخيرة من المباراة، وذلك للضغط على الفريق المهاجم من اجل الحصول على الكرة الذي يرغب هو الاحتفاظ بها أطول فترة ممكنة نتيجة التفوق بفارق قليل من الأهداف.
- عند التعادل ويكون المطلوب هو الفوز.
- لمفاجأة الفريق المهاجم ومنعه من تطبيق خطته الهجومية.
- عندما يكون الفريق المدافع متفوقا على الفريق المهاجم بدنيا ومهارياً.
- في حالة نقص أعضاء الفريق المهاجم.

ج- **طريقة الدفاع المركب او المختلط :** نظرا للتطور الحاصل في العمل الخططي الهجومي ولجوء معظم الفرق إلى أكثر من خطه هجومي للوصول إلى هدف الفريق المدافع.

فأن الفريق المدافع إزاء هذه الحالة يضطر إلى استعمال أكثر من خطة دفاعية للحد من خطورة الفريق المهاجم، فتارة يقوم الفريق المدافع باللجوء إلى دفاع المنطقة، وتارة أخرى يلجأ إلى دفاع رجل لرجل، ونظرا لعدم فعالية الطريقة الأولى للحد من خطورة الفريق المهاجم الذي يمتلك لاعب أو أكثر من لاعب يجيد التصويب من المناطق البعيدة ، ولصعوبة الطريقة الثانية لما تحتاجه من جهد بدني كبير ، فان الفريق المدافع في اغلب الأحيان يلجأ إلى طريقة الدفاع المركب، وهي عبارة عن خليط من دفاع المنطقة ودفاع رجل لرجل ، وفيها يتم اختيار مدافع او اثنين من المدافعين للقيام بمراقبة مهاجم او اثنين من المهاجمين الخطرين، مستخدمين في ذلك طريقة الدفاع رجل لرجل.

بينما يقوم باقي المدافعين بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيق الدفاع عن المنطقة وهذا ما يطلق عليه الدفاع المركب، إذ يقوم قسم من أعضاء الفريق المدافع بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيق طريقة الدفاع رجل لرجل، بينما يقوم القسم الباقي منهم بأداء واجباتهم الدفاعية من خلال تطبيقهم لطريقة الدفاع عن المنطقة، وهناك عدة أمثلة على طريقة الدفاع المركب وكما مبين في التشكيلات الآتية: **تشكيلات طريقة الدفاع المركب:**

أولاً - خمسة لاعبي دفاع عن المنطقة + لاعب دفاع رجل لرجل (5م + 1ر) : في هذا التشكيل يؤدي خمسة لاعبي دفاع واجباتهم الدفاعية في المنطقة القريبة من الدائرة حول المرمى ، بينما يقوم المدافع السادس بمهمة مراقبة اخطر لاعب مهاجم ومتابعته بطريقة رجل لرجل وتكمن خطورة هذا المهاجم من خلال مسؤوليته في توجيه وقيادة الهجوم المنظم لأفراد فريقه. ويمكن ملاحظة اوجه الاختلاف ما بين التشكيل (5م + 1ر) وبين التشكيل الدفاعي عن المنطقة (5-1) الذي تطرقنا له سابقاً من خلال :

- ان المدافع المتقدم في تشكيل (5م + 1ر) ينفذ واجبه الدفاعي من خلال عدم التقيد بمركز معين وانما يتابع المهاجم الخطر اينما ذهب وفي اي مكان يتجه
- بينما المدافع المتقدم في تشكيل الدفاع عن المنطقة (5-1) يتحرك بصفة دائمة تجاه اللاعب الوسط المهاجم وبنفس الوقت يعود لمركزه الدفاعي للخلف بشكل قطري لمساندة زملائه عندما تكون الكرة بحوزة لاعبي الظهير الايمن واليسر

ثانياً - أربعة لاعبي دفاع منطقة + لاعبان دفاع رجل لرجل (4م + 2ر) : في هذا التشكيل يؤدي اربعة مدافعين واجباتهم الدفاعية عن المنطقة القريبة من الدائرة حول المرمى ، بينما يقوم مدافعين اثنين بمهمة مراقبة المهاجمين الاثنين الاكثر خطورة ومتابعتهم بطريقة رجل لرجل وتكمن خطورة المهاجمين الاثنين في توجيه الهجوم المنظم وخطورة التصويب من بعيد. ووجه الاختلاف ما بين التشكيل الدفاعي عن المنطقة (4-2) ، وبين التشكيل الدفاعي المركب (4م + 2ر) ايضاً في ان المدافعين الاثنين المتقدمان في تشكيل الدفاع المركب ينفذون واجباتهم الدفاعية من خلال عدم التقيد بمركز معين ويتابعان اخطر المهاجمين اينما ذهبوا وفي اي اتجاه

ثالثاً - لاعب واحد دفاع منطقة + خمسة لاعبي دفاع رجل لرجل (1م + 5ر) أو لاعبين دفاع منطقة + أربعة لاعبي دفاع رجل لرجل (2م + 4ر) : وفي التشكيلين يؤدي لاعب واحد او اثنين واجباتهم الدفاعية عن المنطقة القريبة من الدائرة حول المرمى .

بينما يقوم خمسة او اربعة مدافعين بمهمة مراقبة المهاجمين المكلفين بمهمة الدفاع ضدهم ومتابعتهم بطريقة رجل لرجل وهنا يميل الفريق المدافع في استعمال هذين التشكيلين عندما يكون لاعب مهاجم او اثنين ممن يمتازون باللعب الجيد قرب المرمى ومقدرتهم على التصويب القريب (لاعبي الارتكاز او الدائرة) فيتم تحييد خطورتهم بمراقبتهم ومتابعتهم واما باقي الفريق المهاجم ممن يجيدون اللعب والتصويب من المناطق البعيدة من خلف منطقة الوم فيتطلب من باقي المدافعين التحرك للأمام لمراقبة وملازمة المهاجمين الخلفيين بطريقة رجل لرجل

وهذا هو الاختلاف الجذري من حيث الشكل والمضمون ما بين التشكيلين بطريقة الدفاع المركب (5م + 1ر) او (2م + 4ر) وما بين التشكيل الدفاعي عن المنطقة (5-1) وكذلك (4-2) الذي تعلمناه سابقاً

مزايا وعيوب طريقة الدفاع المركب:

- على الرغم من تعدد واختلاف تشكيلات الدفاع المركب، إلا أنها جميعا تساعد في الحد من خطورة أحسن اللاعبين المهاجمين للفريق الخصم . كما ان قسما من هذه التشكيلات تساعد على بناء الهجوم الخاطف في حالة حصول الفريق المدافع على الكرة.
- ورغم هذه المزايا التي تقدمت، فان هناك عيوب واضحة تؤخذ على طريقة الدفاع المركب منها:
- أنها تتطلب درجة عالية من التوافق في الأداء الدفاعي بين اللاعبين الذين يقومون بالدفاع بطريقه رجل لرجل وبين المدافعين الذين يدافعون عن المنطقة ، إذ أن تعرض أي لاعب مدافع أمامي لعمليات الحجز من الفريق المنافس يعني الهجوم بالتفوق العددي على المدافعين.

إتقان خطط اللعب الدفاعي

إن تعلم خطط اللعب الدفاعية لا يمكن أن يتم إلا عن طريق التطبيق العملي والممارسة الميدانية للتمارين الخاصة بذلك، إذ يساعد التدريب المستمر والتمرين المنظم على إتقان خطط اللعب الدفاعي، ويفضل أن يكون التدريب على خطط اللعب بنفس الوقت الذي يتم فيه التدريب على المهارات الدفاعية، وذلك لأن كلا منهما مكمل للآخر ولا يمكن فصلهما خلال التدريب، وعلى الرغم مما تقدم فان التدريب على خطط اللعب الدفاعي يجب أن يتم بشكل منطقي، بحيث يتدرج من السهل إلى الصعب، و وفقا لما يستطيع المتعلم أن يتقبله وعادة يبدأ التدريب على المهارات وخطط اللعب الدفاعية الفردية ثم التدرج بالتدريب على خطط اللعب الجماعية، ثم التقدم بالتدريب لتطبيق خطط الفريق الدفاعية، ولضمان نجاح المدرب في إتقان اللاعبين لهذه الخطط لابد أن يأخذ بنظر الاعتبار النقاط الأساسية الآتية أثناء العملية التدريبية:

- يجب أن تكون التدريبات من تشكيكه من التحركات الدفاعية، تتخللها مجموعه من المهارات لتغطية مهاجم غير مستحوذ على كرة ، هذا فضلا عن مهارات تغطية المهاجم المستحوذ على كرة.
- يجب أن يتم التدريب على هذه المهارات في مكان حدوثها الفعلي حول منطقة المرمى وبنفس المسافات التي تحدث خلال المباراة.
- يجب أن يتخصص اللاعبون في التدريب على المهارات وخطط اللعب الدفاعية المناسبة لمراكزهم أثناء الدفاع، هذا فضلا عن التدريبات العامة التي يتدربون من خلالها على أداء المهارات (التكتيكات الدفاعية) في المراكز الأخرى.
- يجب أن تشمل الوحدة التدريبية على تمارين للتدريب الفردي، وبنفس الوقت تشمل تمارين تساعد على تنسيق العمل الفردي مع العمل الجماعي.
- يجب أن تشمل الوحدة التدريبية على بعض التمارين التي تضع اللاعبين المدافعين في حاله خاصة للدفاع ضد المهاجمين، وأحسن مثال على ذلك، التمارين التي يكون فيها عدد المهاجمين أكثر من المدافعين.
- إن التدريب لتعلم وإتقان خطط اللعب الدفاعية يتطلب بذل جهد عالي من قبل اللاعبين، لذا على المدرب أن لا ينسى إعطاء فترات راحة ايجابية، تساعد اللاعبين المدافعين معاودة أداء الجهد بشكل مستمر وجيد، كما يجب مراعاة أن لا تكون التدريبات التي تسبق الوحدة التدريبية الخاصة بالدفاع أو التي تليها ذات شدة حمل عالية، حتى لا يؤدي التعب الناتج عن هذه الوحدات إلى فقدان اللاعبين المدافعين الحماس أثناء التدريبات الدفاعية.
- يفضل أن يكون التدريب على الدفاع في بداية الوحدة التدريبية اليومية وبعد الإحماء مباشرة، مما يسهل ويساعد اللاعبين على العمل بحماس وقدره أكبر مما لو كان التدريب على الدفاع في نهاية الوحدة التدريبية.

ب- الاعداد الخططي الهجومي



يعد الهجوم احد جانبي الاعداد الخططي ويبدأ الهجوم من لحظة استحواذ الفريق على الكرة وينتهي لحظة فقدان الكرة من الفريق ويكون ذلك أما عن طريق التصويب على المرمى و إحراز هدف أو حصول مخالفة قانونية أو قطع الكرة من قبل الفريق المنافس.

ويهدف الهجوم الى التغلب على دفاع الفريق المنافس من خلال قدرة اللاعبين على اقتحام المواقع الدفاعية للمنافس باستخدام الاسلوب المناسب والمهارات المختلفة لكرة اليد لتسجيل اكبر عدد من الاهداف باستغلال ضعف الدفاع او فتح الثغرات الدفاعية .

فيعرف الهجوم بأنه "موقف خططي يتواجد فيه الفريق في حالة استحواذ على كرة مما يجعله قادرا على تحديد احداث اللعب بشكل كبير وهو يبدأ او لا بالاستحواذ على الكرة ثم ينتهي بفقدانها ويعتبر كافة لاعبي الفريق مشتركين في احداث اللعب في هذا الموقف".

ويعتمد الهجوم الحديث في كرة اليد عند تطويره على ما يلي :

- الدفاع الهجومي يتطلب التدريب الهادف (1:1) وبصفة خاصة اللعب بدون كرة.
- التفاعل الخططي بين (2: 3) لاعبين سوف يحدد نجاح وفعالية الهجوم
- لابد من استخدام الخداع بدون كرة للمرور من المدافع ثم استلام كرة للتصويب على المرمى
- اهمية استخدام الحجز الذي سيصبح عنصرا فعالا للعب الهجومي الناجح ضد الدفاع الهجومي
- الاستخدام الخططي للاعب الدائرة بشكل اساسي ضد التشكيل الدفاعي الهجومي وعن طريق هذا اللاعب وقيامه بالحجز وكذلك صانع الالعاب ستنتج ثغرات عديدة في عمق الدفاع
- اهمية تبادل ثلاثي الخط الامامي لأماكنهم بالقطع المفاجئ خلف المدافعين المتقدمين ويتطلب ذلك اجادة كل لاعب من هذا الثلاثي لواجبات المراكز الثلاثة الامامية في الهجوم
- الارتقاء بالعناصر البدنية المرتبطة بالأداء المهاري بشكل متكامل (سرعة الاداء وتحمل سرعة الاداء والقوة وانواعها) مما ينعكس على مستوى اتقان الاداء المهاري

1- مراحل الهجوم : يمر الهجوم الكامل من حيث مراحل حدوثه اثناء المباراة بأربع مراحل متتالية , ومن الممكن

بدء الهجوم وإنهائه بمرحلة واحدة فقط وبنجاح، وقد تنتهي المراحل الأربع دون نجاح الهجوم , ويمكن للفريق إن يستخدم مرحلة معينة أو مرحلتين من مراحل الهجوم دون الأخريات وذلك حسب نوع التدريب الذي تدرب عليه أو حسب تكتيك الفريق المنافس أثناء المباراة لان التكتيك الذي يخص الفريق الواحد يختلف من فريق إلى آخر فليس هناك مرحلة أفضل بصورة مطلقة، إذ إن ما هو جيد ومناسب لموقف قد يكون غير مناسب لآخر وما يناسب فريق قد لا يناسب فريق آخر ولنجاح أية مرحلة هجومية لابد من إجادة وإتقان اللاعبين للقواعد الأساسية والمهارات الفردية الواجب توفرها في الهجوم لاسيما عند تطبيق الخطة الهجومية الموضوعة من قبل المدرب، إذ إن كل مرحلة يجب أن تبنى على أسس ومبادئ صحيحة وعملية تدريبية طويلة منظمة، وقد تتغير المراحل الهجومية المعطاة من قبل المدرب حسب ظروف المباراة والمواقف التي تحدث آنيا لذا فعلى اللاعبين اتخاذ المواقف والتصرف بصورة سليمة لمواجهة الموقف الدفاعي الذي قد ينشأ بصورة مفاجئة أثناء سير المباراة

ومن المعروف أن أكثر مراحل الهجوم تعتمد على مجموعه من اللاعبين قد يكون اثنين أو ثلاثة في الوصول إلى مرمى الخصم إلا إن بقية اللاعبين يكملون الهجوم مع فريقهم أثناء الهجمة وحتى انتهائها لذلك فأن تعاون أفراد الفريق في الوصول إلى هدف الفريق المنافس وتسجيل هدف مبني على أساس اللعب الفردي والمهارات الخاصة لكل لاعب ومدى إتقانها من قبل كل لاعب في فريق كرة اليد

ويمكن استعراض مراحل الهجوم على النحو الآتي :

المرحلة الأولى : مرحلة الهجوم السريع الفردي (الخاطف) : هو تحرك هجومي يتم بطريقة سريعة قبل ان يتمكن الفريق المدافع من اتخاذ تشكيل دفاعي منظم , اذ تصنف في مجال التعلم الخططي كأول مرحلة لبداية الهجوم لكن لا يشترط حدوثها في بداية اللعبة , وتبدأ مرحلة الهجوم السريع الفردي الخاطف لحظة قطع وحصول الفريق على الكرة من الفريق المنافس بطريقة غير متوقعة , اذ يمكن الحصول على الكرة لبدء هذا النوع من الهجوم من خلال :



- حصول حارس المرمى على كرة بعد صدها او مسكها ثم تمريرها للزميل المتقدم بسرعة.

- حدوث مخالفه من المنافس لقواعد اللعب يضطر لترك الكرة فيخطفها المدافع ليتحول للهجوم الفردي الخاطف



- حصول المدافع على كرة بعد (تمريرة خاطئة من المنافس) او (نجاحه في قطع كرة ممررة بين مهاجمين اثنين) او (من كرة مرتدة اثر صد الحارس لها او من ارتدادها من هيل المرمى).

القيمة الخططية للهجوم الفردي السريع (الخاطف)

- يستغرق وقت قصير مقارنة بالهجوم من المراكز فيعطي فرصا كثيرة للتصويب الناجح اذ يبدأ وينتهي بغضون (3-6 ثواني)

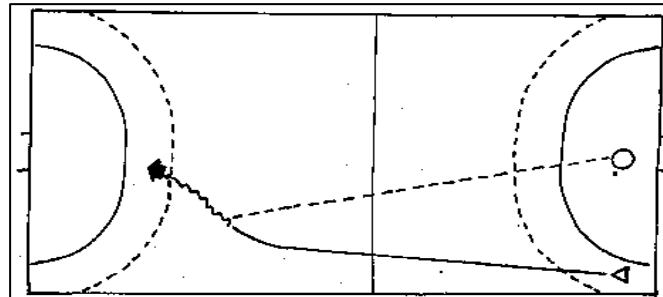
- من خلال ادائه السريع يعد افضل اسلوب هجومي لأصابه الهدف
- ادائه بدون تأخير له مردود نفسي وبدني ايجابي لتحفيز الفريق جميعا وبالمقابل يكون مردوده سلبي في نفوس المنافسين فيهبط من همته ويرهقهم نفسيا وبدنيا
- استخدامه لمساحه الملعب يُصعب عمل المدافعين في الحد من خطورته

كيفية اداء الهجوم الفردي السريع (الخاطف) : يؤدي الهجوم السريع الفردي بمراحل ثلاث وهي :

- (مرحلة البدء) مرحله سرعة تحول اللاعب من حالة الدفاع الى حالة الهجوم اذ يتقدم الحائز على كرة بإحدى طرق الاستحواذ سابقة الذكر وحسب موقعه الدفاعي (الوسط او احدى الزوايا) نحو مرمى المنافسين

- (مرحلة التقدم بالكرة) يتقدم المهاجم بالكرة بحيث يعمل على اختصار مسافة وزمن التقدم بقطع اقصر مسار وافضله من ناحية تأثير المنافسين على تقدمه واستخدام المهارات الفردية كالخداع , كذلك يراعي اذا ما كانت مسافة التقدم لمرمى المنافسين بعيدة من موقعه فلا بد من طبطبة الكرة للأمام للتقدم بها سريعا دون ارتكاب خطأ قانوني ودون لحاق المنافس به

- (مرحلة التصويب وانهاء الهجوم) يكون اللاعب أمام المرمى ومنفرد بالحارس فيقوم اللاعب بأخذ خطوات تقريبيه ثم القفز أمام أعلى نحو المرمى للتصويب بصورة مباشرة بعد تحديد الزاوية الخالية من تغطية الحارس أو لعب الكرة على شكل قوس (اللوب) عند تقدم الحارس بعيداً عن مرماه



أسس نجاح الهجوم السريع الفردي:

- توفر المقدرة البدنية اللازمة لأنه يتميز بسرعه الاداء
- سرعة التمريرات الطويلة ودقتها من قبل الحارس او الزميل وكذلك سرعة ودقه استلامها قبل وصول المدافعين
- ضرورة تواجد ومساندة مهاجمين زملاء بالجناحين وانطلاقهم بسرعة اماما وخاصة من الجناح الذي لم يتم التصويب بالقرب منه
- عدم استخدام التمريرة المرتدة عند التقدم لصعوبة استلامها اثناء الركض السريع
- عدم اللجوء للطبقة الا في الحالات الضرورية لان ايصال الكرة بالتمرير يكون اسرع وطبقا لمبدأ "الكرة اسرع من اللاعب"
- مقدرة اللاعب المتقدم على الرؤية الجانبية اثناء الركض لضمان استلامها بدقة
- ان تتوفر عند افراد الفريق القدرة على استخدام اماكن مختلفة من الملعب لتوجيه الكرة اليها بحسب المواقف المتعددة التي يبدأ منها الهجوم

الاطعاء الشائعة لمرحلة الهجوم السريع الفردي:

- هنالك اخطاء تظهر اثناء اداء هذا النوع من الهجوم تتمثل فيما يأتي :
- الركض السريع والذي يُصعب مسك الكرة او السيطرة عليها او التغيير في سرعة الركض ما بين البطيء والسريع
- عدم دقة تمرير الزميل او الحارس للمهاجم الفردي مما يضطر للقفز او الانحناء لمسك الكرة
- رد فعل خاطئ لبعض الزملاء عند التحول من الدفاع للهجوم ينعكس على تأخر تمرير الكرة للمهاجم المتقدم كتأخير تمرير الكرة للمهاجم الفردي او تصويبهم على المرمى بشكل عشوائي
- احتلال المهاجمين المتقدمين مراكز تكتيكية خاطئة وعدم تقديرهم لموقف الهجوم بشكل صحيح
- عدم تقدير المهاجمين لتكتيك فن الهجوم السريع ناتج من عدم تقدير الموقف العام للهجوم الصحيح

المرحلة الثانية : مرحلة الهجوم السريع الجماعي (الموسع) : يمكن ان تكون محاولة للهجوم السريع بشكل جماعي بعد قطع الكرة والانطلاق بهجوم مرتد جماعي , او قد تكون محاولة ثانية سريعة للهجوم السريع بعد فشل الهجوم السريع الفردي (الخاطف) وذلك بزيادة عدد اللاعبين المهاجمين نحو مرمى الخصم وباشتراك مجموعة من المهاجمين ضد دفاع غير منظم ومتكامل , وتكمن أهمية هذا الهجوم في اشراك عدد من المهاجمين كزيادة عددية ضد الدفاع الغير منظم

اهمية الهجوم السريع الجماعي (الموسع) :

- العمل على تدعيم الزيادة العددية بما يسمح بزيادة فرص النجاح للمحاولة الاولى (الهجوم السريع الفردي الخاطف الفاشل)
- محاولة التوصل الى تزايد عددي مرة اخرى بعد نجاح المدافعين في تحقيق تساوي او زيادة عدده على عدد المهاجمين فتكون هذه المرحلة فرصة اخرى لا نجاح الهجوم مبكرا وعدم اضاءة الكرة

اذ يفضل بداية الهجوم السريع الجماعي ان يترك لاعبو الزوايا مكانهما في الدفاع بمجرد حصول اي زميل مهاجم لهم على كرة أو الركض للهجوم بمجرد التأكد قيام احد أعضاء الفريق المهاجم بحركة حقيقية للتصويب على المرمى, وعليهما أن يتأكدان من أن مركزيهما في الدفاع مؤمنان إذا ما ارتدت الكرة من قبل حارس المرمى أو هيكل المرمى ويجب أن تكون هناك تغطية من زملائهم على الأقل أو عدم وجود

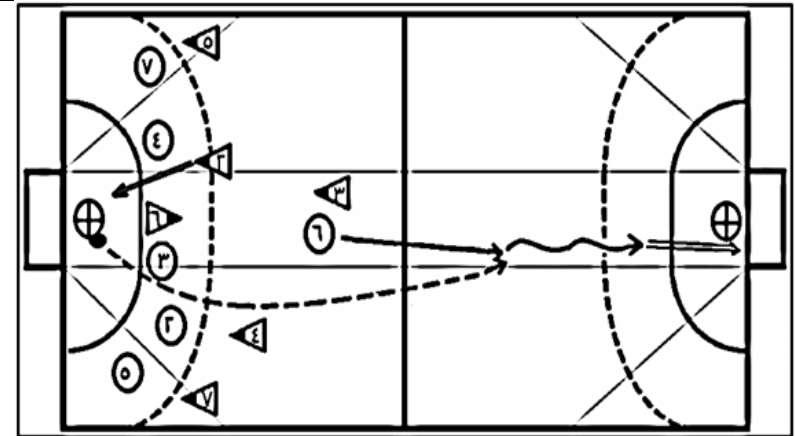
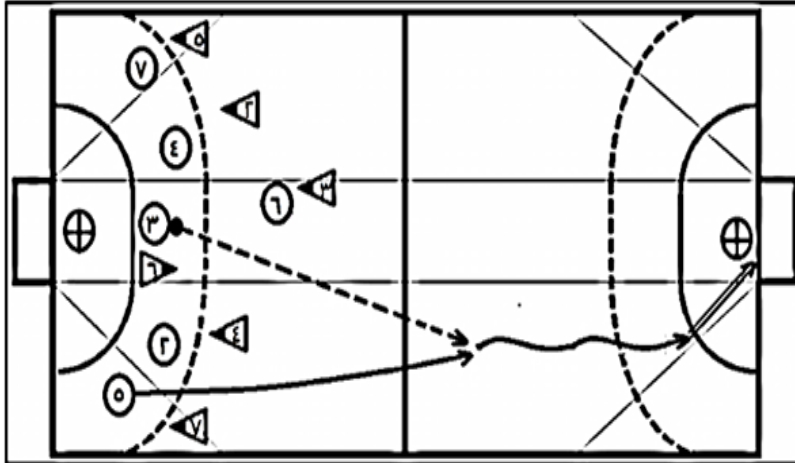
خطورة حقيقية من قبل لاعب منافس لأن غير ذلك يعني فرصة للفريق المنافس في إحراز هدف عند استحواذهم على الكرة , وهذا يعني إخلال في نتيجة المباراة وبصورة سلبية وعليه فأن الهجوم السريع الجماعي يتم بأكثر من لاعب ومن هنا جاءت تسميته بالهجوم السريع الجماعي وكلما كانت هناك زيادة عددية للمهاجمين على المدافعين فأن فرصة نجاح الهجوم السريع أكيدة

ويمكن ان تصنيف ثلاث حالات للهجوم السريع الجماعي (الموسع) وبحسب مساهمة اعداد المهاجمين مقابل المدافعين وحسب الآتي :

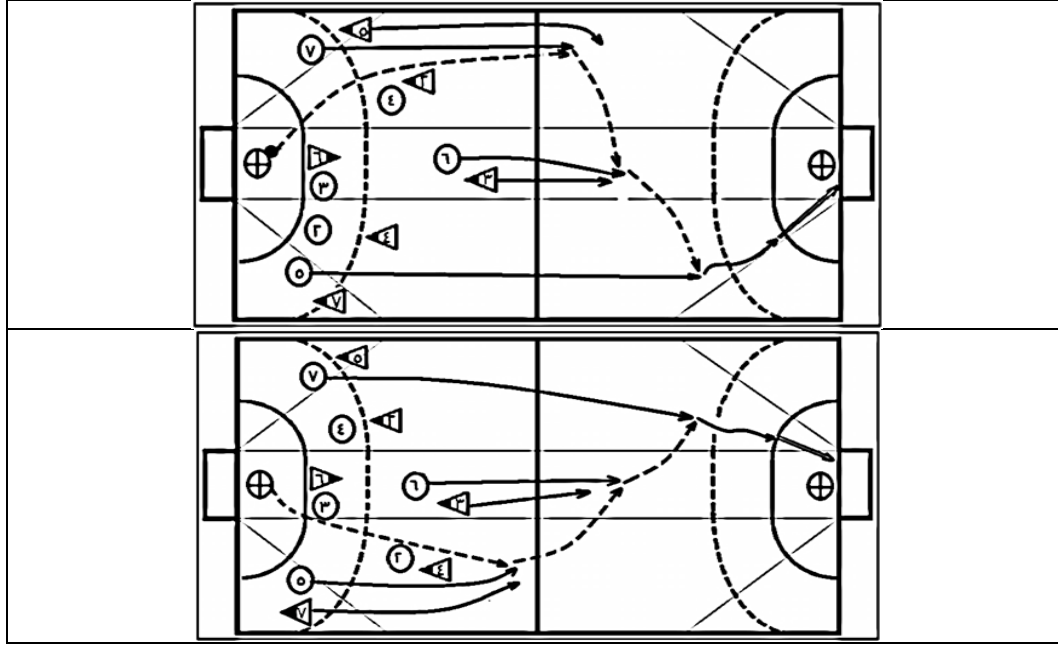
أ- زيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين : وضوح رؤية هذه الحالة تكمن بوجود تفوق عددي هجومي , أي أن عدد اللاعبين المهاجمين المشتركين فعلياً بأدائها أكثر من عدد اللاعبين المدافعين فيتطلب من المهاجمين عدم تغيير مراكزهم اثناء الاداء وعوضاً عن ذلك يتم تمرير الكرة للزميل عن طريق تمريرات "خذ وهات" حتى يتمكن احد المهاجمين من التصويب على المرمى .

ويمكن توضيح (الهجوم السريع الجماعي الموسع بزيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين) من خلال عدد من الاحتمالات لتكوينات هجومية بالتفوق العددي مثل :

1- مهاجم دون وجود مدافع (1 : صفر) :- تبدأ الخطة بسرعة جري أحد المهاجمين تجاه منتصف الملعب لأجل استقبال الكرة من أحد زملائه دون أن يستطيع أحد المدافعين اللحاق به ليُنهي بالتصويب ويقتضى قيام أقرب مدافع بالجري نحو المهاجم لمحاولة قطع أو تشتيت الكرة الممررة للمهاجم



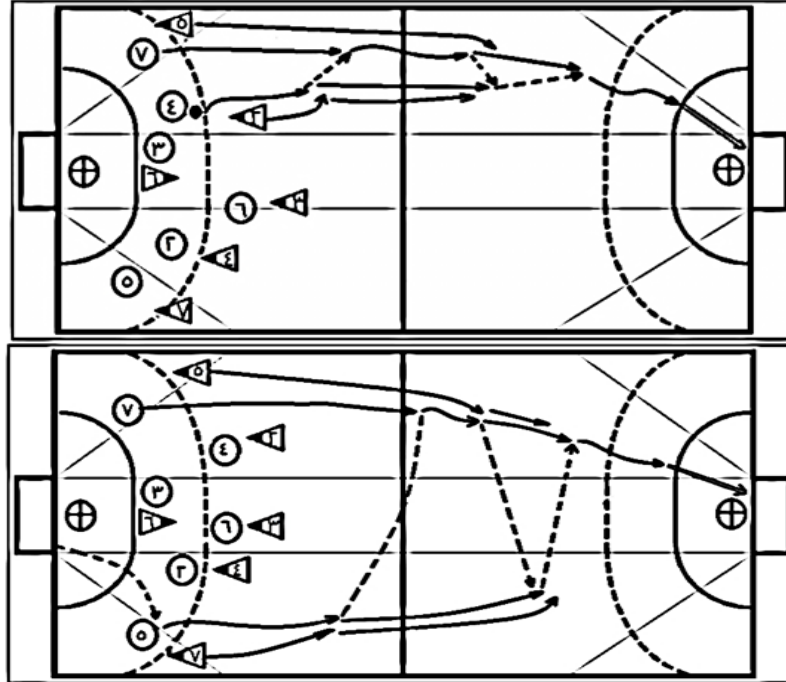
	2- مهاجمين اثنين ضد مدافع واحد (2 : 1) :- تبدأ الخطة بسرعة جري مهاجمين اثنين من جهة الوسط وأحد الجناحين نحو مرمر المنافس ليستقبل أحدهما الكرة ويحاولان معاً التغلب على المدافع الذي يحاول عرقلة تقدمهما نحو المرمر للتصويب وبالمقابل يحاول المدافع الخداع بمهاجمة أحد المهاجمين ليجبره على التمرير لزميله وحينئذ يقوم بسرعة التغطية على المهاجم الآخر لمحاولة قطع أو تشتيت أو الاستحواذ على كرة.
	3- ثلاث مهاجمين ضد مدافعين اثنين (3 : 2) :- تبدأ الخطة بسرعة جري ثلاث مهاجمين من جهة الوسط والجناحين تجاه مرمر المنافس ومع استقبال أحدهم على كرة يحاولون أحداث تفوق عددي للتغلب على المدافعين اللذان يحاولان عرقلة تقدمهم نحو المرمر للتصويب وبالمقابل يحاول أحد المدافعين التصدي لأحد المهاجمين من أحد الأجنحة , ويحاول المدافع الثاني مراقبة المهاجم في منتصف الملعب وترك المهاجم الثالث في الجانب المضاد للكرة وعند تمرير الجناح المهاجم الكرة للجانب الآخر من الملعب يكون لدى المدافعين فرصة لتغيير رقابة المهاجمين مع إجبارهم على التصويب البعيد بدلاً من وصولهم عند دائرة المرمر للتصويب ومحاولة أجبار الحائز على الكرة التحرك لجانب الملعب بدلاً من المنتصف



ب- يتساوي عدد المهاجمين مع عدد المدافعين :

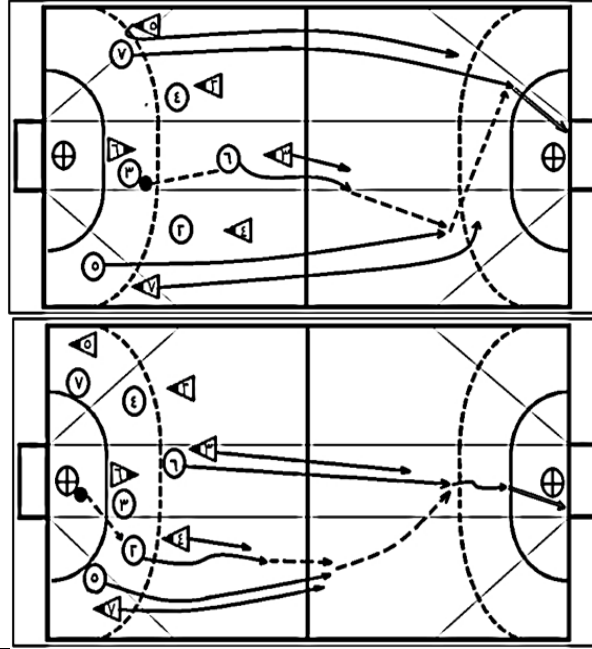
1- مهاجمين اثنين ضد مدافعين اثنين (2 : 2) :- تبدأ بسرعة جري مهاجمين اثنين احدهما من جهة الوسط والثاني من احد الجناحين او الاثنان من جهة الجناحين او من جهة الوسط حسب حالة اللعب , فينطلقان نحو مرعى المنافس ليستقبل أحدهما كرة ويحاولان معاً بعد أن يصلا إلى منتصف الملعب عمل تحركات سريعة لعمل تفوق عددي وإفلات أحدهما من مراقبة منافسه لاتخاذ مكان مناسب للتصويب على المرمى

وبالمقابل يحاولوا المدافعين الاثنين استخدام طريقة الدفاع رجل لرجل لإحباط عمل المهاجمين من عمل تفوق عددي مع اجبار المدافعين لكل من منافسيهما على التحرك لجانبي الملعب لتوسيع المسافة فيما بينهما وتضيق تمرير الكرة ومحاولة إحباط الهجوم.



1- ثلاث مهاجمين ضد ثلاث مدافعين (3 : 3) :- تبدأ بسرعة جري ثلاث مهاجمين من جهة الوسط

والجناحين نحو مرعى المنافس ليستقبل أحدهما الكرة ويحاولوا معاً عمل تحركات سريعة بعد الوصول لمنتصف الملعب واحداث تفوق عددي ومحاولة أحدهم الإفلات من مراقبة منافسه لاتخاذ مكان مناسب للتصويب على المرمى وبالمقابل يحاول المدافعين استخدام طريقة الدفاع رجل لرجل لإحباط عمل المهاجمين من عمل تفوق عددي من خلال ملاصقة دفاعية للمهاجم في الوسط واجبار المدافعين المهاجمين في الجناحين التحرك لجانبى الملعب لتوسيع المسافة فيصعب عمل تفاهم بين المهاجمين وتمرير الكرة ومحاولة إحباط الهجوم.



ج- ينقص عدد المهاجمين عن عدد المدافعين : في حالة (نقص عدد المهاجمين عن عدد المدافعين) يتوقف نشاط اللاعبين المهاجمين بالنقص العددي ويتم إرجاع الكرة إلى الخلف أو القيام بعملية الطبطبة من اجل تجنب مخاطر قطع الكرة وتجنب تحول حالة الهجوم الممكنة لهم على الفريق الخصم إلى عملية هجوم مرتدة على فريقهم , فبعد توقف نشاط الهجوم يتم الانتقال إلى المرحلة الثالثة من الهجوم وهي (مرحلة بناء الهجوم من المراكز) كما سيتم توضيحها لاحقاً .

أسس نجاح الهجوم السريع الجماعي:

- أن تكون التمريرات قصيرة وسريعة بغية المحافظة على الكرة
- أن تتوفر لدى المهاجمين سرعة الحركة والتفكير والتصرف الصحيح والقدرة العالية على فن أداء المهارات الهجومية مع مراعاة عدم التسرع أثناء الهجوم كي لا تؤدي لاضياح الكرة
- أن يجيد لاعبو الفريق سرعة التصرف ضد المواقف المختلفة التي تواجههم في المنطقة القريبة من المرمى
- كلما اشترك عدد كبير من المهاجمين في المحاولة الهجومية الخاطفة كلما امكن تحقيق التفوق العددي الذي يسعى اليه الفريق
- ان يجيد لاعبو الفريق المهاجم المحافظة على توازنهم الدفاعي اثناء التقدم
- ان تتوفر لدى لاعبو الفريق المهاجم القدرة على الانتقال السريع من حالة الدفاع الى حالة الهجوم

الاطعاء الشائعة لمرحلة الهجوم السريع الجماعي:

- خطأ في دقة وتوقيت التمريرات بين المهاجمين
- تأخر انطلاق بعض المهاجمين اثناء الاداء
- عدم الربط بين الركض وتفكير المهاجمين الاخرين
- انطلاق اللاعبين الى اماكن غير صحيحة
- قيام اللاعبين بأداء التقاطع او تغيير المراكز اثناء الهجوم السريع

المرحلة الثالثة : مرحلة بناء الهجوم (هجوم المراكز) : تأتي مرحلة بناء الهجوم من المراكز بعد فشل مرحلة الهجوم السريع الجماعي التي يدرك خلالها المهاجمون زيادة عددية من اللاعبين المدافعين فيبدأ المهاجمون بتهدة اللعب قدر المستطاع والسيطرة على الكرة وإرجاعها إلى الخلف باستخدام تمريرات صحيحة ودقيقة اذ يكون هدف مرحلة بناء الهجوم من المراكز هو التركيز على تأمين الكرة إلى أقصى قدر ممكن واتخاذ المهاجمين مواقع معينة تسمى بمراكز اللعب الهجومية بغية البدء من جديد بعملية الهجوم المنظم ومحاولة انشاء فرص للتصويب الجيد , اذ يكون الانتقال من مرحلة الهجوم السريع الجماعي الى مرحلة بناء الهجوم بشكل انسيابي ومتصل دون حدوث راحة بين المرحلتين

ان لكل لاعب مهاجم في هذه المرحلة مركزا معينا (ومن هنا يبدأ اللعب الهجومي) اذ يتوجه سريعا ثلاث مهاجمين (الخط الأمامي) تجاه مرعى المنافسين بغية عدم ترك فرصة للمدافعين الرجوع إلى مراكزهم الدفاعية والتصرف بحرية , ويتبعهم مباشرة باقي المهاجمين (الخط الخلفي) بواسطة التمريرات فيما بينهم إلى أن يصلوا إلى مراكزهم ليؤدي كل لاعب واجباته بغرض خلق الفرصة المناسبة للتصويب على المرمى وهكذا يتم بناء هجمات من مراكز اللعب التي احتلها المهاجمون

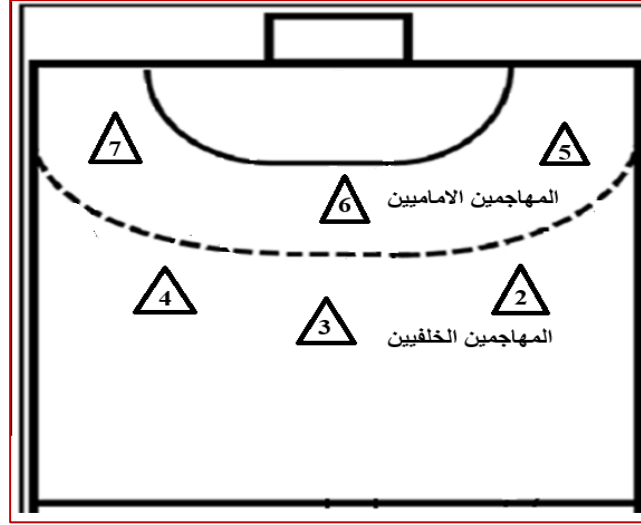
وتستخدم مرحلة بناء الهجوم في الحالات الآتية:

- استعدادا لبدء خطة معينة للهجوم أو لتغير الخطة.
- يتم استخدامها في حالة أبطاء اللعب لنقص عدد اللاعبين أو لاكتساب الوقت
- لتهدة اللعب وعدم مجارة الخصم في سرعته لإحباط خططه الهجومية.
- لراحة اللاعبين أو لمحاولة ادخار قوى اللاعبين.
- تستخدم ضد دفاع غير منظم.
- الرغبة في المحافظة على فارق الأهداف وخاصة قبل انتهاء المباراة بفترة وجيزة.

ويمكن تقسيم الفريق المهاجم في مرحلة بناء الهجوم (هجوم المراكز) إلى مجموعتين من اللاعبين وهما :

- مجموعة المهاجمين الخلفيين (منطقة التصويب البعيد) : اذ يقف المهاجمين الخلفيون والذين يسمون بـ (البنائين) وتكون اماكنهم في المنطقة الخلفية (امام منطقة 9م للمنافسين) وبعدد 2-4 لاعبين اذ يطلق على مراكزهم الهجومية كالآتي : (ساعد ايسر) , (صانع العاب) , (ساعد ايمن) , وتتركز واجباتهم بالآتي :

- التمرير السريع في حدود المنطقة الخلفية من اجل خلخلة صفوف المدافعين واجبارهم على التقدم للأمام وفتح ثغرات لزملائهم او تهيئة زميل لهم للقطع باتجاه المرمى للتصويب
- التمرير الى جناحي الهجوم والدائرة
- منع او عرقلة الهجوم المضاد عند حدوثه
- الاكثار من عدد محاولات التصويب بالخداع لجذب المدافعين لخارج مراكزهم الدفاعية
- مما يسهل تمرير الكرة للاعب الدائرة



- **مجموعة المهاجمين الأماميين (منطقة التصويب القريب) :** أما المهاجمون الأماميين فيحتلون مراكز معينة في منطقته دفاع الفريق المنافس عند منطقة المرمى, لذلك يطلق عليهم لاعبي الدائرة أو لاعبي الارتكاز ويقف في المنطقة الأمامية أي على الدائرة بين خطي منطقة المرمى وخط الرمية الحرة من 2-4 لاعبي ويطلق عليهم المراكز الآتية : (زاوية / جناح ايسر) , (وسط / لاعب دائرة) , (زاوية / جناح ايمن) , وتتركز واجباتهم بالاتي :

- التصويب على المرمى أو التحرك من مكان خال إضافة للتمرير إلى الزميل على الدائرة أو أي لاعب خلفي لذا يجب عليهم اجادة التصويب مع القفز وحركات السقوط وحركات خداعية وغيرها
- يقوم اللاعب الجناح بسحب المدافع إلى جانب الملعب وذلك بالتوغل في عمق الزاوية بالكرة أو بدون كرة مما يساعد ذلك في فتح الثغرات وسط الملعب حتى يتمكن مهاجم آخر من القطع والتصويب
- الاشتراك في كافة الأحداث اللعب معتمدين في ذلك على ما لديهم من رشاقة وسرعة الحركة وتصميم وعزيمة في استخلاص الكرة
- امتداد مجال حركتهم, فلا تقتصر على المسافة القريبة من خط منطقة المرمى, وإنما تمتد لتشمل المنطقة المحصورة بين خط المرمى وخط الرمية الحرة

المرحلة الرابعة : مرحلة انهاء الهجوم : آخر مرحلة في الهجوم وتتم على اثر تكامل الفريق المدافع (اخذ وضع الاستعداد في الدفاع) والغرض من هذه المرحلة تسجيل هدف عن طريق اللعب المتفق عليه مسبقا , وعليه يجب على كل لاعب أن يكون قادرا على إتقان المهارات الهجومية وتمتاز هذه المرحلة بزيادة سرعة اللعب، وشدة الحركة مع محاولة لفتح ثغرات في الدفاع المتماسك عن طريق تنفيذ واحدة أو أكثر من التشكيلات الأساسية الهجومية للتصويب على المرمى

ان تنفيذ التشكيلات الأساسية الهجومية الغرض منها الحفاظ للحظات قصيرة على ما تم التوصل إليه نتيجة للتحرك الهجومي لا يتسنى للمهاجمين التصويب على المرمى دون إزعاج من قبل المدافع وذلك عن طريق الحفاظ للحظات قصيرة على ثغرة بينية حتى يتسنى للزميل استغلالها بالاختراق أو التصويب أو الحصول على رمية جزاء أو الحفاظ للحظات قصيرة على ثغرة من فوق المدافعين إلى أن يتم التصويب وهذا يعني أن مرحلة الإنهاء الناجحة لا تعتمد على التشكيلات الأساسية في فتح الثغرات فقط وإنما يجب أن يكون هناك جهد مبذول قبل ذلك من خلال التحرك الهجومي أثناء مرحلة بناء الهجوم لتثبيت المدافعين وكل ما

أتقن الفريق عدد كبير من العمليات الهجومية واستخدامها بصورة متنوعة ومفاجئة كانت فرصة النجاح اكبر , ومن التشكيلات الهجومية الاساسية لمرحلة انهاء الهجوم : - تغير المراكز - الحجز - إحداث التفوق العددي - التحركات المخططة لها مسبقا (خطط اللعب)

2- اسس اللعب الهجومي : على لاعب كرة اليد المهاجم ان يأخذ بنظر الاعتبار عدد من الاسس المتعلقة باللعب الهجومي وهي كالتالي :

- التحول السريع الى الموقف الهجومي
- التعرف على امكانات الفريق المنافس اثناء الهجوم واستثمارها
- الاحتلال السريع لمنطقة العمل الهجومي المناسبة
- التواجد في المكان غير المراقب
- المحافظة على الارتباط البصري باللاعب الذي معه الكرة
- الاستعداد دوما لاستقبال الكرة
- المحافظة على تأمين الكرة اثناء التمرير والاستلام
- ملاحظة تصرفات المدافع المسئول عن متابعتك والمدافعين المجاورين له
- عمل تحركات هجومية اندفاعية من اجل ارغام المدافعين بالخروج عن مواقفهم واماكنهم
- التحرك من اتجاهات مائلة
- محاولة تكوين مواقف هجومية بالزيادة العددية واستثمارها
- ملاحظة رد فعل المدافع وحارس المرمى اثناء التصويب الفعلي او الخداع بالتصويب واستثمارها لاحقا
- محاولة تأمين المنطقة الخلفية من الهجوم المرتد

3- خطط اللعب الهجومي : ان التنافس بين الفرق يظهر خلال عمليات الهجوم والدفاع من اجل تحقيق الفوز

, اذ يستخدم خلال تلك العمليات الكثير من التحركات المخطط لها وتسمى بخطط اللعب وخطط اللعب تعني الاستثمار الامثل للقدرات الفردية والجماعية وتنسيقها وتنفيذها على اكمل وجه من أجل الفوز ولأجل منع المنافسين من تنفيذ خططهم بنجاح وتقسم خطط اللعب الهجومية الى انواع وكالتالي :

- اولا :- الخطط الهجومية الفردية
- ثانيا :- الخطط الهجومية الجماعية
- ثالثا: الخطط الهجومية الفرقية (خطط الفريق)
- رابعا :- العاب خطوية هجومية هوائية
- اولا :- الخطط الهجومية الفردية :** يؤديها لاعب مهاجم وبشكل منفرد اذ يكلف بتنفيذ واجبات خطوية خاصة اثناء المباراة فيكون جزء مساعد لنجاح خطة لعب جماعية او فرقية , وتحتاج الى لياقة بدنية عالية واجادة المهارات الاساسية فيكون بذلك لاعبا فعالاً وترتفع به كفاءة الفريق المهاجم , وان يكون اللاعب المهاجم الفردي في الوضع الذي يسمح له بأن :
- يصل بنفسه للمكان الذي يمكنه من استلام كرة ويحتاج ذلك ارتباط بصري بالزميل الحائر على كرة والانتقال لذلك من دون مراقبة
- تمكنه من تثبيت لاعب مدافع في موضع يسمح لنفسه استلام كرة او التحرك وارغام مدافعه على فعل اوضاع خاطئة
- القيام بحركات فردية خداعية بالجسم او بالتمرير او التصويب لتشتيت تفكير مدافعه وعدم كشف تحركاته الاساسية
- تمكنه من تمرير الكرات بما يتناسب مع موقف اللعب
- تمكنه وبمفرده من التواجد في مواقف تمكنه من التصويب على المرمى بنجاح او الحصول على كرة من خلال الخطوات وطبقة الكرة وتغيير اتجاه الحركة وذراع الطبطة والدوران والخداع

ويمكن بيان الخطط الهجومية الفردية من حيث النوع والاداء بحسب الاتي : أ- التحرك في الاماكن الهجومية القريبة :



يعمل المهاجم الفردي باستمرار على ملاحظة وتحديد اماكن ومسارات تحرك المدافعين لجوار بعضهم البعض او من امام بعضهم البعض والتي يطلق عليها «اماكن الالتقاء» والتي تنظم اماكنهم وتحركاتهم المؤثرة ضمن التشكيل الدفاعي وبنفس الوقت تعتبر اماكن خطر , فاذا ما حصل خطأ في تحرك دفاعي نتيجة سوء الفهم ما بين مدافعين او اكثر, فعند ذلك يستغل المهاجم الفردي هذه الفرصة من خلال اختيار مسار معين او تشكيل هجومي يتناسب مع هذا الموقف



ب - التخلص من المراقبة في داخل منطقة التصويب القريبة:

يعتبر المدافعين اماكن التصويب القريبة خطره للغاية ويمكن استغلالها من قبل لاعبي الدائرة فيعمل المدافعين على الالتصاق بهم قدر الامكان ومن جانب ذراع التصويب , وفي هذه الحالة يتحرك المهاجم داخل او قرب مركزه للتخلص من الرقابة

ج- تثبيت اللاعبين المنافسين:

يتخذ المدافعين اماكن تغطية تتناسب مع اماكن المهاجمين في المنطقة القريبة من المرمى, فيتحتم على المهاجم الفردي القيام بتصرفات هجومية محددة عن طريق التحركات المفاجئة او حركات الاندفاع الهجومي او حركات الخداع وهدفها اشغال انتباه مدافع او اكثر عن زميلهم «تثبيت» وموقع هجومه فيحبط بذلك او على الاقل يحد من قدرتهم الدفاعية فيؤدي بذلك الى سهولة اختراق الزميل

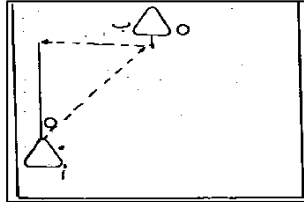


ج- الاختراق :

بعد نجاحه بالحصول على الكرة وبعد نجاح زملائه بتوفير الموقف المناسب له , يقوم المهاجم الحائز على كرة بمحاولة الاختراق من خلال عمل حركات خداعية (بالتحرك يمينا او يسار او العكس وكذلك حركات الجذع) وصولا لمكان ووضع مناسب للتصويب على المرمى



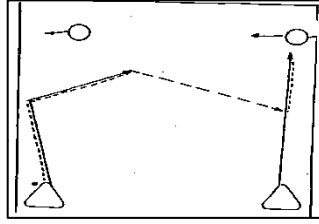
ثانيا: الخطط الهجومية الجماعية : يشترك في ادائها مهاجمين اثنين او اكثر من اجل اعداد موقف يساعد في التصويب على المرمى ويتطلب توافق في العمل وشعور وتفكير متبادل وتعاون تام لإنجاحها : ومن الحالات التي يتضح فيها رؤية واضحة للخطط الهجومية الجماعية :-



أ- التمريزة المزدوجة :

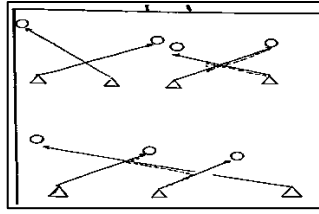
وسيلة هجومية لمهاجمين اثنين ضد مدافع ايجابي , اذ تنفذ من قبل مهاجمين اثنين تمريرة بسيطة تؤدي من الحركة او من الثبات وغايتها تجاوز المدافع

ب- الاندفاع الهجومي المتوازي :



وسيلة هجومية غايتها توفير احد المهاجمين فرصة لزميله المجاور ليتمكن من التصويب بدون مراقبة دفاعية , فيبدأ الاداء من الجانب الذي يأتي منه مدافع فيحاول المهاجم الحائز على كرة تثبيت لاعب مدافع مع مدافع اخر فيمرر لزميله ليتمكن من التصويب

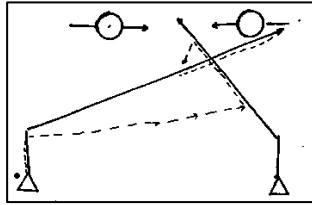
ج- التقاطع:



تقاطع مسار ركض مهاجمين اثنين او اكثر ومن امام المدافعين ويؤدي بالكرة او بدونها , وتنفذ من خلال جري المهاجمين مع الكرة بانحراف قليل امام المدافعين بالتبادل من اليمين الى اليسار بينما يقطع المهاجم غير المستحوذ على كرة من خلف المهاجم الحائز على كرة لاستلامها , ويهدف التقاطع الى:

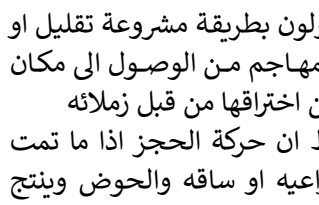
- اعداد لعمل هجومي كتضخيم لعمل هجومي مخطط له او للبدء بعمل هجومي من جديد
- ارغام المدافع القيام بتحركات خاطئة ينتج عنها وصول المهاجمين الى اماكن مناسبة للتصويب
- او انشاء ثغرات داخل مناطق التغطية الدفاعية لاستغلالها

د- تغيير المراكز:



وتعني ان يتم تبادل مراكز هجومية بين مهاجمين اثنين او اكثر بالكرة او بدونها , وتنفذ بتقاطع مسار ركض احدهما مع الآخر من امام المدافعين او من خلالهم من اجل استغلال اي ثغرة تنشأ للتصويب او لتمرير كرة للاعب الدائرة , وهدفها هو ارغام المدافعين القيام بتحركات خاطئة تنتج ثغرات يمكن استغلالها في الاختراق

هـ- الحجز:



وتعني تعاون بين مهاجمين اثنين او اكثر اذ يحاولون بطريقة مشروعة تقليل او تحييد حركة المدافع النشط ليتمكن زميلهم المهاجم من الوصول الى مكان مناسب للتصويب او للتمرير او لينشئ منطقة يمكن اختراقها من قبل زملائه اذ تتم عمليات الحجز بواسطة الجذع ويلاحظ ان حركة الحجز اذا ما تمت قبل اوانها فاللاعب الحاجز يستخدم يديه او ذراعيه او ساقيه والحوض وينتج عنها مخالفة قانونية

ان قواعد اللعب تسمح باستخدام الجذع كما في المادة (8: 1 ج - باستخدام الجذع لحجز المنافس , للصراع من اجل المكان) , لكن هذه القواعد تمنع حجز المنافس باستخدام الذراعين او اليدين او الساقين كما في المادة (8: 2 - ب - لا يسمح بحجز المنافس بالذراعين , اليدين أو الساقين , أو استخدام أي جزء من الجسم لإزاحته أو دفعه بعيداً, وهذا يشمل الاستخدام الخطير للكوع في الحالتين سواء في الموقع الذي ابتداءً فيه أو أثناء الحركة)

وهناك نقاط تراعى لإنجاح الحجز :-

- ان يستخدم الجسم في الحجز بما يتوافق مع قواعد اللعبة
- يكون عمل الحجز بشكل مفاجئ ليصعب على المدافع تفاديه
- ان يمرر المهاجم الكرة لزميله قبل حركة الحجز
- ان يتحرك اللاعب الحاجز مباشرة بعد اداء الحجز الى مكان خالي
- ان تتم حركة الحجز بسرعة لكي لا ينهي المدافع مفعولها
- وجود توافق في الحركات بين المهاجم الحاجز وزميله المستفيد منها
- وتكون حركة الحجز فعالة وذات تأثير اذا كانت مفاجئة وتستخدم قبلها حركة خداع الى الجهة المعاكسة , اذ ان للحجز ثلاث انواع :

1- الحجز بالمواجهة 2- الحجز الجاني 3- الحجز بالظهر :

(الامامي) : فيها يواجه ويستخدم المهاجم ويستخدم المهاجم ظهره
المهاجم المدافع بصدرة جانب جسمه لحجز لحجز المدافع وهي انسب
المدافع من الناحية القانونية ومتابعة سير الكرة



المناطق والحالات التي يستخدم فيها الحجز :

1- مناطق الدفاع عن المنطقة : عند استخدام المدافعين لدفاع المنطقة قرب مرماهم يحاول

المهاجمين تحييد فاعلية حركة المدافعين في الاماكن التالية :

- على طول خط منطقة المرمى : يستهدف حجز المهاجمين المدافعون في الزوايا من الحركة باتجاه الوسط وكذلك المدافعون في الوسط , وينفذ الحجز تجاه هؤلاء المدافعين المهاجمون الخلفيون ولاعب الدائرة (الارتكاز) ويكون هدف الحجز التعاون لتمرير الزميل المهاجم او فتح ثغرة للتصويب
- على طول خط الرمية الحرة : يستهدف حجز المهاجمون المدافعين المتقدمين لإعاقة تحركهم الدفاعي تجاه زميلهم المهاجم الحائز على كرة او تجاه زميلهم في الزاوية والمراقب من قبل مدافع الزاوية
- باتجاه وسط الساحة : يستهدف حجز المهاجمون المدافعين المتقدمين من الوسط لإعاقة تحركهم الدفاعي تجاه زميلهم المهاجم الحائز على كرة
- باتجاه خط منطقة المرمى : يستهدف الحجز المدافعين الذين تم خدعهم بحركات مفاجئة من قبل لاعب الدائرة اذ يعمل لاعب الدائرة بعد خداع مدافعه في الوسط او قرب الزاوية من استغلال الثغرة الناتجة عن ذلك والدخول للتصويب بعد استلام كرة مباشرة او ساقطة

2- مناطق الدفاع المركب : عند استخدام المدافعين للدفاع المركب ينتج عن استخدامه

تشيت لخطط المهاجمين في الاختراق والتصويب , فيكون من انسب حركات الحجز التي يستخدمها المهاجمون ضد الدفاع المركب ان يبدأ المهاجم بالحجز ثم فجأة يخترق بالاتجاه المعاكس بعد استلام كرة مباشر او كرة ساقطة

3- مناطق الدفاع رجل لرجل : بالرغم من ان الدفاع رجل لرجل هي وسيلة فاعلة وخصوصا قبل

انتهاء المباراة فأن من الممكن تنفيذ حركات خداعية بتغيير اتجاه حركة الركض ثم حجز المدافع وينتج عنها ثغرات يمكن استغلالها وخصوصا اذا نتج عنها التقاء مساري مدافعين وتنفيذ حجز على مدافع الزميل ليفلت من رقابته

4- مناطق الرمية الحرة : يمكن تنفيذ عمليات الحجز من قبل مهاجمين او اكثر للسماح لأفضل

مصوب الوصول لأفضل مكان للتصويب على المرمى من خط الرمية الحرة

ثالثا: الخطط الهجومية الفرقية (خطط الفريق) : يشارك في ادائها جميع افراد الفريق المهاجم ضمن عمل جماعي لتنفيذ خطة لعب متفق عليها وتتطلب تعاون لتحقيق اداء هجومي ناجح ضد دفاع مكتمل التنظيم يحاول افشال الهجوم , اذ لابد ان يكون الفريق في وضع هجومي يسمح لهم بالتالي:

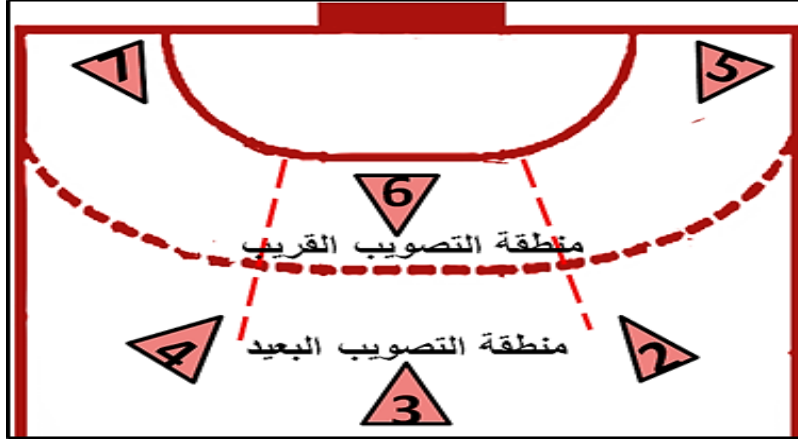
- اللعب بتشكيلات هجومية متنوعة ومتغيرة تتناسب مع التشكيلات الدفاعية
- اتقان لعب المراكز وامكانية التبادل السريع للكرة دون تغيير مركز اللعب
- تمكن الفريق المهاجم من تنفيذ اللعب الاختياري ضد التشكيلات الدفاعية المختلفة
- تنفيذ تكوينات هجومية في حالة الرمية الحرة باستخدام وسائل هجوم تتناسب مع الموقف الدفاعي ضد الرمية الحرة
- استثمار التفوق العددي الهجومي بطريقة جيدة في حالة نقص عدد المهاجمين او في حال تبديل الخطة الدفاعية

تشكيلات الهجوم : يقصد بتشكيلات الهجوم اتخاذ الفريق مراكز لعب هجومية ضمن اماكن اساسية

معينة وتحديد مهام وعمل كل لاعب ضمن كل مركز من مراكز اللعب الهجومي , ويتحكم في تكوين التشكيل الهجومي الذي يتم اللعب على اساسه عدة عوامل اهمها :

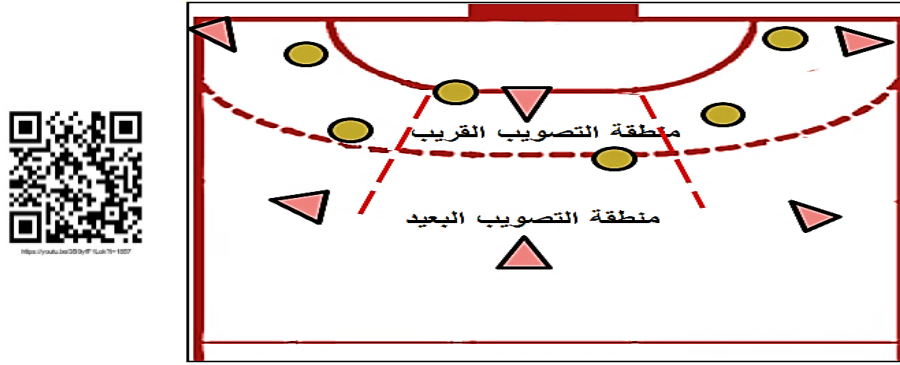
- التكوين الدفاعي للمنافسين ومدى قوته او ضعفه
- اسلوب التحرك الهجومي للفريق من حيث حركة الكرة او اللاعبين او كليهما معا
- نوع التشكيلات التي ينفذها الفريق لإنهاء الهجوم
- امكانية الفريق المهاجم وتمكنه من تأمين عمقه الدفاعي اثناء القيام بالهجوم
- اذ يجب ان تكون التشكيلات الهجومية متنوعة لإرغام الفريق المدافع على تغيير تفكيره وتفكيك صفوفه الدفاعية عن طريق اللعب المتغير , اذ يبدأ اللعب الهجومي من التشكيلات الاساسية ليتطور منه اللعب حتى الوصول الى مرحلة تنشأ خلالها زيادات عديدة لإحداث ثغرات في مواقع المدافعين , وتنقسم تشكيلات الهجوم تبعا لاماكن لعب المهاجمين بحسب منطقة التصويب القريب ومنطقة التصويب البعيد , ويوجد عدد من التشكيلات الهجومية منها (0-6)(1-5)(2-4)(3-3)(4-2)

وقبل البدء ببيان تشكيلات الهجوم لابد من التعرف على مراكز لعب الهجوم وواجبات كل لاعب اذا ما كلف باللعب في مركز هجومي معين وحسب التالي :



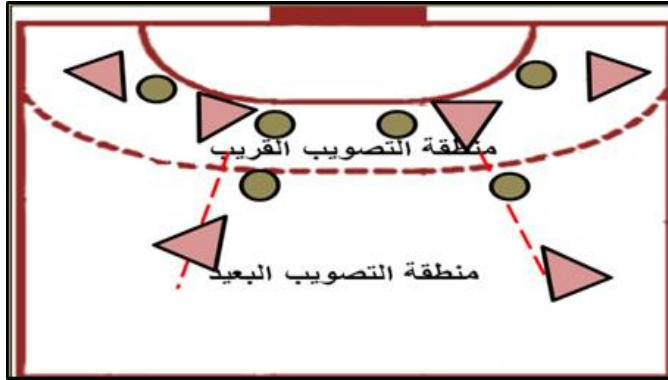
- 1- مركز صانع الالعاب (3) : اذ تتحدد واجباته في الاتي :-
 - قيادة العمل الخططي وتنظيم العمل الفردي في صورة عمل جماعي
 - يعتبر مفتاح لتنفيذ المواقف الخططية وتجديد الدافعية للأداء الجماعي والفرقي
 - همزة الوصل بين نصفي الملعب الايمن والايسر ويحافظ على هدوء الملعب واتزانه
 - قدرته على التصرف بتلقائية لما يحمله من افكار خططية خاصة
 - 2- مركز لاعب الساعد (الايمن او الايسر) (2 , 4) : اذ تتحدد واجباته في الاتي :-
 - اتقان انواع التمرير
 - التحرك في مكان خالي بين المدافعين واداء الخداع بشرط عدم الذهاب للمدافع للقيام بذلك
 - اجادة الخداع بالتصويب وكذلك التصويب بالوثب وبخطوة الارتكاز والتصويب من مساحات دفاعية ضيقة
 - 3- مركز لاعب الجناح (الزاوية الايمن او الايسر) (5 , 7) : اذ تتحدد واجباته في الاتي :-
 - التعاون المستمر مع لاعبي الخط الخلفي بتنفيذ حركات الحجز للساعد او تبادل المراكز معه
 - فتح ثغرات هجومية واستثمارها والاختراق بين المدافعين
 - الخداع بالجسم وقدرته على تغيير اوضاع الجسم في الهواء اثناء التصويب
 - توجيه التصويب بدقة الى زوايا المرمى القريبة والبعيدة والساقطة
 - تنفيذ الهجوم الخاطف
 - 4- مركز لاعب الدائرة: اذ تتحدد واجباته في الاتي :-
 - تنظيم اللعب الهجومي لما يمتلكه من ثروة خططية مؤثرة في طرائق الدفاع
 - استخدام مهارات الحجز لتسهيل مهمة الخط الهجومي الخلفي ولاعبي الزوايا
 - الخداع بالحجز لإجبار المدافع التحرك للخلاص من الحجز فينشئ ثغرة دفاعية يمكن استثمارها
 - التحرك مهاريا في المنطقة ما بين وعلى طول خطي ال 6م وخط ال 7م
- وبعد التعرف على مراكز لعب الهجوم وواجبات كل لاعب فيه يمكن بيان تشكيلات الهجوم وسيتم التطرق الى اهمها وهي (3 - 3) , (4 - 2) وحسب الاتي:-
- التشكيل الهجومي 3 - 3 :-

يكون التشكيل الاساسي وبحسب مراكز اللعب : منطقة التصويب القريب (جناح ايمن) , (لاعب دائرة) , (جناح ايسر) واما في منطقة التصويب البعيد (خلفي ايمن) , (خلفي وسط) , (خلفي ايسر) , ويستخدم هذا التشكيل في حالة توفر لاعبين يجيدون التصويب من بعيد واخرين يجيدون اللعب على الدائرة اذ يقوم المهاجم الخلفي بالاقتراب نحو المرمى ناحية اليسار للتصويب بالذراع اليمنى وبالعكس للمهاجم المصوب بالذراع اليسرى والرجوع للمنطقة الخلفية ليستمر تهديد المدافعين على ان يبقى اللاعب المهاجم الخلفي في منطقة التصويب البعيد



التشكيل الهجومي 2 - 4 :-

فيكون التشكيل الاساسي في منطقة التصويب القريب (جناح ايمن) , (دائرة ايمن) , (دائرة ايسر) , (جناح ايسر) واما في منطقة التصويب البعيد (خلفي ايمن) , (خلفي ايسر) , ويستخدم هذا التشكيل في حالة توفر مهاجمين اثنين يجيدون التصويب من بعيد واخرين يتقنون اللعب على الدائرة واتقان توزيع وقتهم بشكل سليم وبمسافات وتناسبة في منطقة التصويب الامامية اي يحتفظ كل مهاجم بمكانه ولا يقترب من زميله لكي لا يعطى فرصة للمدافع السيطرة عليهم , ومن مساوئ هذا التشكيل سهولة نجاح هجوم خاطف في حال فقدانهم للكرة سهولة تخطي المدافعين عند تحولهم لمهاجمين للمهاجمين الخلفيين لعددهم القليل



رابعاً :- **العب خططية هجومية هوائية** : نتيجة للدفاع الفعال الذي يمارسه الفريق المدافع ضد خطط لعب الهجوم التقليدية والضغط الكبير الذي يمارسه المدافعون على طول خط ال6م استدعت الحاجة الى استحداث اعمال خططية هجومية سريعة ومباغتة على الفريق المدافع وتنتهي بالتصويب وتكون بعيدة عن تصور المدافعين وتأثيرهم الدفاعي فاتجه التفكير الخططي الهجومي الى بناء هجوم مفاجئ من دون اعطاء المدافعين فرصة لبناء تصور دفاعي لإيقافه يسمى بخطة اللعب الهجومية الهوائية وتتم بعيداً عن بؤرة اللعب التي تتجه اليها انظار المدافعين وفي مكان يكون غير مسموح للمدافعين لمسه او دخوله

وسميت بهذا الاسم لان المصوب يقوم باستلام الكرة وتصويبها وهو معلق في الهواء اعلى منطقة مرمى المنافسين , ويتطلب ادائها قدرات خططية خاصة وتوافق عال ما بين الممرر والمصوب بحيث يتمكن الممرر من تعليق الكرة في الهواء في توقيت مناسب لدخول المصوب لالتقاطها وهو في اعلى الهواء ليكون عنده الوقت الكافي لاستلامها والسيطرة عليها ثم التصويب قبل نزوله على ارض منطقة مرمى المدافعين من اجل ان يتفادى الخطأ القانوني الذي يحرم دخول منطقة المرمى بالكرة ويمكن تنفيذ هذه الالاعاب الهجومية الهوائية بشككين :-



أ- الطيران المنفرد :- وفيه يقفز اللاعب المصوب في الهواء لاستلام الكرة ومن ثم التصويب على المرمى



ب- الطيران المزدوج :- وفيه يقفز مهاجم ليستلم كرة ثم يخدع بالتصويب وهو في الهواء ومن ثم يمرر الكرة لزميله المصوب الاساسي الذي يقفز اثناء ذلك لاستلام الكرة في الهواء ومن ثم التصويب

ج- الاعداد الخططي عند الهجوم والدفاع في حالات خاصة

على اللاعبين المدافعين الأخذ بنظر الاعتبار بعض الحالات وتعتبر حالات خاصة تحدث خلال اللعب، والتي لا يمكن لأية مباراة للعبة كرة اليد أن تخلو منها لذا فإنها تتطلب اهتماما وتدريباً خاصاً وذلك لان الدفاع الصحيح ضد هذه الحالات يعني الحصول على الكرة، وبالتالي بدء هجوم مضاد , وبالمقابل وفي كثير من الاحيان تتعرض عمليات انتهاء الهجوم الى توقفات عديدة ناتجة عن ارتكاب المدافعين للأخطاء القانونية او لما تمتاز به طبيعة اللعبة من احتكاك مستمر بين اللاعبين تضيي الى توقف اللعب واستثناؤه من وضع قانوني خاص ويسبب ذلك وضعاً جديداً وحالة خاصة للفريق المهاجم يضطر خلاله الى تطبيق موقف خططي معين يتناسب مع الموقف الحاصل وبما يضمن له نجاح عملية انتهاء الهجوم وفي نفس الوقت يضمن له تأمين الكرة

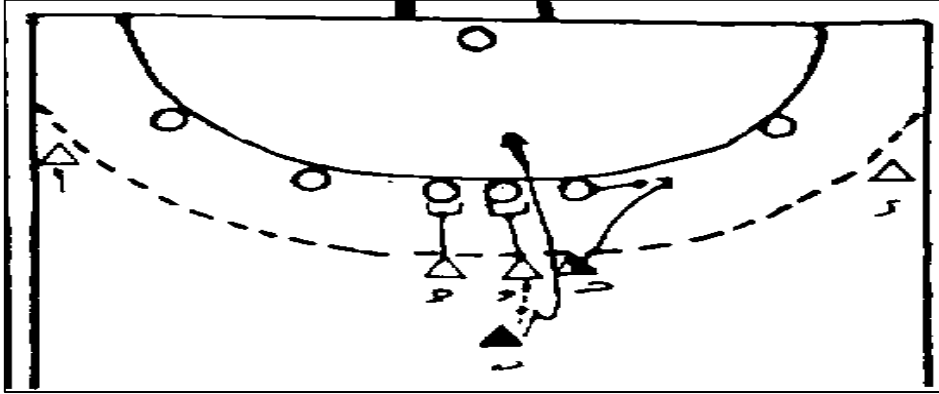
ومن تلك الحالات الخاصة

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1- الهجوم والدفاع في حالة الرمية الحرة | 2- الهجوم والدفاع في حالة رمية ال7م |
| 3- الهجوم بزيادة او نقص العدد | 4- الدفاع بزيادة او نقص العدد |
| 5- الهجوم ضد دفاع رجل لرجل | 6- الهجوم ضد دفاع مركب |

1- الهجوم والدفاع في حالة الرمية الحرة :- ويقصد بالرمية الحرة هنا هو الرمية الحرة عند خط ال9م - اذ تعني الرمية الحرة عند خط ال9م للفريق المهاجم فرصة ثمينة منحها القانون ويجب استغلالها من اجل تشكيل خطورة على الفريق المدافع لمحاولة تسجيل هدف ، اذ تمتح هذه الرمية للفريق المهاجم ميزات عديدة لا بد من استغلالها وتتلخص في:

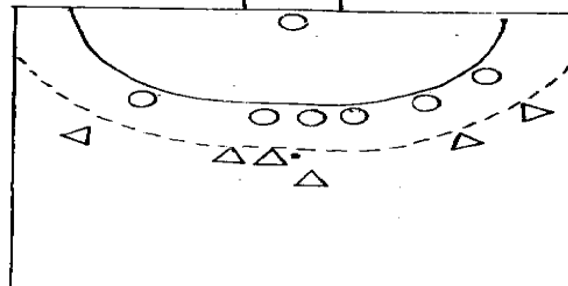
- أ- الحالة الدفاعية السلبية للفريق المدافع من خلال الابتعاد مسافة 3م عن اللاعب المنفذ
- ب- تكتل المدافعين لتشكيل حائط صد دفاعي لتغطية المنطقة المواجهة للرمية الحرة وما يترتب عليها من وجود اجزاء من المنطقة دون تغطية اضافة الى حجب رؤيا متابعة الكرة بالنسبة لحارس المرمى
- ج- حالة سكون قانونية يكون عليها الفريق المدافع لحين خروج الكرة للعب فيمتلك الفريق المهاجم بذلك خيارات حركة البدء خططياً
- د- الحركة السريعة للاعب حائط الصد بعد ترك الحائط عند لعب الكرة والعودة لأماكنهم الدفاعية

اذ يمكن للمهاجمين الاستفادة من هذه المميزات اما بالتصرف الفردي السريع من خلال التصويب مباشرة كما يحدث عند الرميات التي تحدث مع نهاية زمن احد الاشواط او المباراة وخصوصا عند حالات التعادل او من خلال التصرف الخططي الفرقي اذ يتطلب نجاحها استثمار الوقت والوقفة الدفاعية وعامل المفاجئة من خلال اداء التمير السريع من مكان الخطأ بمجرد اعلان الحكم وقوع الخطأ



وهناك كثير من الخطط الهجومية التي تتم بمجموعات ثنائية او ثلاثية للعب الرمية الحرة وعند تنفيذ الرمية الحرة لابد من مراعاة بعض المبادئ الاساسية المهمة وتتلخص في :-
 أ- ان يكون اختيار اماكن لاعبي الهجوم وفقا لتشكيل التغطية الدفاعية وعدم التجمع حول مكان الرمية واتخاذ اماكن متباعدة من اجل جذب المدافعين بعيدا عن مكان لعب الرمية
 ب- ان يتجه كل لاعب للمكان المناسب وفقا للخطة المراد تطبيقها بالوقت المناسب والمتفق عليه
 ج- ان يكون استخدام الاعاقة قانونيا
 د- اذا استلم اللاعب المهاجم الكرة من زميله المنفذ للرمية لابد من عمل حركة تصويب كاذبة (الخداع بالتصويب) لجذب انتباه المدافعين نحوه
 هـ- ان يتجه اللاعب المصوب للثغرة المناسبة استعدادا لاستلام وتصويب الكرة

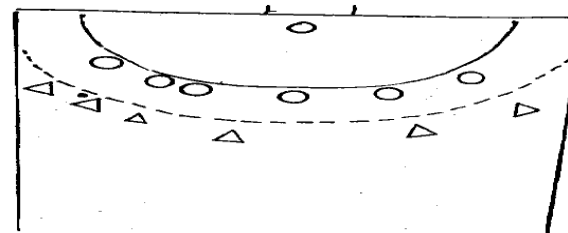
- وبالمقابل تعني الرمية الحرة عند خط الـ 9م للفريق المدافع واحدة من الحالات الخطرة، التي يمكن أن تستغل من قبل الفريق المهاجم لتسجيل هدف ومن اجل الدفاع الصحيح ضد هذه الرمية يجب على الفريق المدافع تشكيل جدار أمام منفذ الرمية الحرة , وعدد اللاعبين المدافعين الذين يشكلون الجدار يختلف باختلاف مكان الرمية وعدد اللاعبين المهاجمين الذين يقفون بجوار منفذ الرمية الحرة



- ففي الرميات الحرة المواجهة للهدف في الوسط، يقف عادة ثلاث لاعبين مدافعين في الجدار



<https://youtu.be/G00dKc25xqI>



- بينما يكون الجدار مؤلفا من لاعبين عندما تكون الرمية الحرة للجانب باتجاه الزاوية

على أن تراعى النقاط الآتية عند تشكيل الجدار:

- 1 - أن يتخذ المدافعين الذين يشكلون الجدار الوقفة الصحيحة في المكان المناسب بسرعة، وعلى بعد ثلاثة أمتار من منفذ الرمية الحرة، مع رفع الذراعين لأعلى.
- 2 - المدافعين الذين يشكلون الجدار يفضل أن يكونوا من اللاعبين الذين يتميزون بالبناء الجسمي القوي، وطول القامة.
- 3 - إن الجدار المشكل من المدافعين ، يجب أن يعمل على تغطية زاوية معينة من الهدف، مما يساعد حارس المرمى في تغطية الزاوية الأخرى.
- 4 - إن المهمة الرئيسية للمدافعين الذين يشكلون الجدار، هي إعاقة التصويب المباشر وإجبار لاعب الرمية الحرة على تمرير الكرة.
- وفي نفس اللحظة التي تمرر فيها الكرة يتعين على كل مدافع في الجدار التحرك تجاه المهاجم المسئول عن مراقبته في حالة اللعب بطريقة الدفاع رجل لرجل، أو التحرك إلى المكان المناسب لتغطية المنطقة المسئول عنها في حالة اللعب الدفاع عن المنطقة.
- 5 - بقية المدافعين الذين لا يشتركون في الجدار، يجب أن يقفوا في المكان المناسب والذين يساعدهم في أداء الواجبات الدفاعية المكلفين بها بصورة صحيحة.

2- الهجوم والدفاع في حالة رمية ال7م :-

- تعني رمية ال7م للفريق المهاجم فرصة ثمينة يمنحها القانون بسبب خطأ وقع عليه وارتكبه الفريق المدافع فتعتبر فرصة ذهبية لتسجيل هدف ، ولها أهمية أيضا من خلال رفع رصيد الاهداف وتأتي هذه الأهمية الكبيرة من خلال :-

- أ- قرب مسافة التصويب على المرمى المحددة بمسافة 7م فقط
- ب- تكون حركة حارس مرمى المنافس محددة اذ يجب ان يقف على بعد 3م من اللاعب المصوب لحين ترك الكرة يده
- ج- عدم سماح القانون للمدافعين التدخل باللعب
- د- سعة مرمى التصويب 2م للعرض و3م للارتفاع
- هـ- إمكانية اختيار الرامي الكفو لتنفيذ الرمية والذي تكون مبادرة اللعب بيده فيستخدم نوع التصويب وزاويته

ويراعي الفريق المهاجم وجود 3-4 لاعبين منتشرين عند خط الرمية الحرة خلف اللاعب المنفذ لرمية 7م استعدادا للهجوم اذا ما ارتدت الكرة عند التصويب الفاشل مع بقاء لاعب او اثنين بالقرب من منتصف الملعب لمنع احتمال قيام الفريق المنافس بتنفيذ هجوم سريع عند فشل رمية ال7م

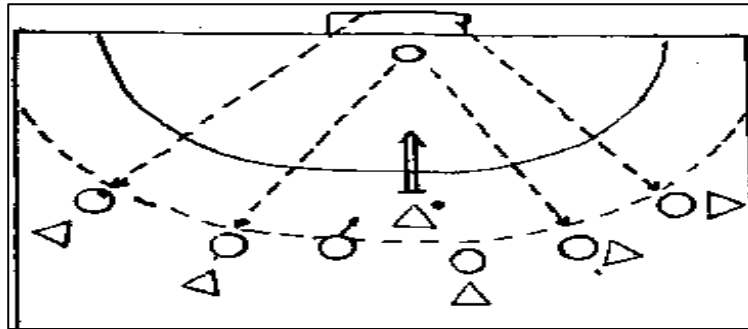
تعتبر رمية ال7م صراع بين الحارس والرامي اذ يتغلب بها الاقوى نفسيا لذا فاختيار الرامي يكون مهم جدا لذلك تحدد صفات رامي ال7م بالتالي :

- أ- امتلاك الذكاء الميداني والقدرة على التصرف لاختيار افضل الحلول في مختلف ظروف تنفيذ الرمية
- ب- ثبات الحالة النفسية
- ج- الاداء الفني العالي لمهارة التصويب والذي يمتاز بالدقة والقوة
- ولابد من الضروري تدريب كافة لاعبي الفريق على اداء رمية ال7م من اجل الاستفادة منهم في حالة التعادل عند تنفيذ رميات الترجيح ، الى جانب تدريب حراس المرمى على صد هذه الرميات وليس فقط اللاعبين ليكون مهيا للتعامل معها

كذلك يتحتم على الفرق تدريب لاعبين معينين لرميات ال7م اذ لا بد من ان يكون عدد اللاعبين الذي يتم تدريبهم لا يقل عن 3 لاعبين من الفريق واختيار هذا العدد يعود الى اسباب عديدة منها :

- أ- كثرة حصول الفريق على هذه ميزة رمية ال7م على طول المباراة
- ب- احتمالية حدوث ايقاف او استبعاد لعدد من اللاعبين امر وارد فاذا حدث ذلك للاعب معين فيقوم الآخر بأداء الرمية
- ج- حدوث الاصابات امر وارد فاذا حدث ذلك لاحد اللاعبين فيقوم الآخر بأداء الرمية
- د- اذا ما حدث عدم توفيق للاعب المنفذ الاول للرميات يمكن قيام الآخر في اداء الرميات عن رميات كسر التعادل

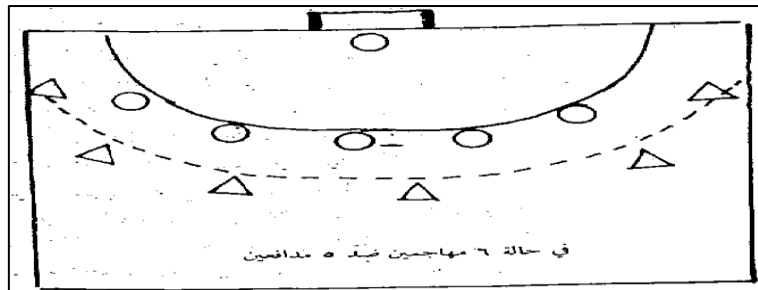
- وبالمقابل تعني رمية ال7م للفريق المدافع موقف هجومي خطير ويجب الحد من خطورته , لذلك فان على المدافعين الانتشار حول خط ال9م وعلى اتم الاستعداد للسيطرة على الكرة اذا ما ارتدت من منطقة مرماهم عند فشل رمية ال7م أو على الأقل تغطية المهاجم القريب ومحاولة عمل هجوم خاطف سريع اذا ما تم حيازة الكرة



3- الهجوم بزيادة او نقص العدد :-

- يعني الهجوم بزيادة العدد للفريق المهاجم فرصة ثمينة يجب استثمارها بطريقة ناجحة من حيث استغلال النقص الحاصل في عدد افراد الفريق المدافع والنتائج عن ارتكاب لاعب او اكثر من المدافعين لخطأ قانوني يضيف الى الاستبعاد خارج الملعب لوقت محدد مثل (ايقاف لمدة 2 دقيقة او انقاص الفريق لاعب بإيقافه لمدة 2 دقيقة على اثر حصول احد اعضاء الفريق من اللاعبين او الاداريين على بطاقة حمراء او زرقاء ((المادة 16: 8)))

اذ يمكن ان يبدأ الهجوم من التشكيل (6 : 5) ويمكن استغلاله بتكوينات هجومية مناسبة مع المواقف التي سيتم اللعب خلالها , ولا يعني ذلك بالمقابل الاستهانة بالمنافس اذ سيقوم الفريق المدافع برفع درجة تركيزه الدفاعي فيمكن ان يؤدي خطأ هجومي في تقليل فرصة النجاح ويمكن ان يحدث خلالها هجوم مرتد



- واما الهجوم بنقص العدد فيعني ان عدد الفريق المهاجم اقل من عدد الفريق المدافع وسبب النقص هذا ان لاعب او اكثر من المهاجمين ارتكب خطأ قانوني يضيف الى استبعاده خارج اللعب لوقت محدد مثل (ايقاف لمدة 2 دقيقة او انقاص الفريق لاعب بإيقافه لمدة 2 دقيقة على اثر حصول احد اعضاء الفريق من اللاعبين او الاداريين على بطاقة حمراء او زرقاء ((المادة 16: 8))) فيتميز اللعب في هذه الحالة بتفوق الفريق المدافع وهنا ينبغي على

الفريق المهاجم ان يراعي بشدة الدقة والحذر والحرص عند تمرير الكرة فيما بينهم تفاديا لانقطاعها , والاحتفاظ بها قدر المستطاع الى ان يقترب الوقت من اكتمال عدد افراد الفريق المهاجم ويمكن الاحتفاظ بالكرة باتباع ما يلي:

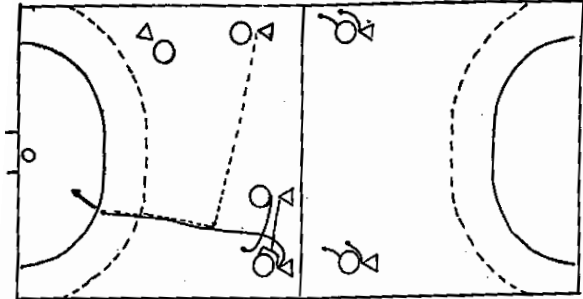
- 1- ابطاء توقيت اللعب مع التظاهر بالسرعة واطهار النية لحكام المباراة في محاولات التصويب على المرمى تفاديا لارتكاب خطأ (اللعب السلبي) كما في المادة (7 : 11) والتي لا تسمح للفريق بالاحتفاظ بالكرة دون عمل اية محاولة واضحة للهجوم او للتصويب على المرمى او تأخيرهم لأداء رميات الارسال او الحرة او الجانبية او حارس المرمى
- 2- ان يتحرك لاعبو الدائرة بعيدا عن منطقة المرمى للمساعدة في القيام بواجبات اللاعبين الخلفيين اثناء التحرك الهجومي
- 3- محاولة الخداع بالتصويب للاشتباك مع المدافعين ومحاولة الحصول على رميات حرة لكسب الوقت اكثر
- 4- محاولة الابتعاد عن حالة الذعر والخوف من حالة نقص العدد ويمكن ان يساندهم في اللعب حارس المرمى بحذر كلاعب سادس مثلاً في ساحة اللعب بدلا من اللاعب المستبعد مؤقتا
- 5- في حال لعب الفريق المدافع بطريقة سلبية وهو لعب ذكي لإثارة انتباه الحكام للعب المهاجمين السلبي والحصول على خطأ اللعب السلبي , فهنا على المهاجمين توفير فرصة التصويب للزميل ذوي الخبرة في التصويب الناجح للحصول على هدف

4- الدفاع بزيادة او نقص العدد :-

- يعني الدفاع بزيادة العدد للفريق المدافع فرصة ثمينة يجب استثمارها بطريقة ناجحة من حيث استغلال النقص الحاصل في عدد افراد الفريق المهاجم , لكن يتوجب على المدافعين الاخذ بنظر الاعتبار نتيجة المباراة والوقت المتبقي لها قبل أن يلجأ إلى أي خطه دفاعية أو تشكيل دفاعي، و لأدراك ذلك نأخذ الأمثلة الآتية :
- إذا كان الفريق المدافع خاسرا بفارق قليل من الأهداف وفي الدقائق الأخيرة من المباراة : فعليه أن يلجأ إلى الطريقة الدفاعية الملائمة التي تساعده في الضغط على الفريق المهاجم للحصول على الكرة وبدء الهجوم المرتد الخاطف ، وأفضل الطرق الدفاعية في هذه الحالة ، طريقة الدفاع رجل لرجل أو طريقة الدفاع المركب بتشكيل (لاعب واحد دفاع منطقة + خمسة دفاع رجل لرجل)
- إذا كان الفريق المدافع فائزا بفارق قليل من الأهداف وفي الدقائق الأخيرة : فعليه أن يتبنى إحدى التشكيلات الدفاع عن المنطقة ، والتي تكون أكثر فعالية في الحد من خطورة الفريق المنافس وتساعد نوعا ما في الحصول على كره لبدء هجوم مضاد وزيادة الفارق . ويعتبر تشكيل الدفاع عن المنطقة (5 – 1) أفضل أنواع التشكيلات لتحقيق هذا الغرض.
- إذا كانت نتيجة الفريق المدافع التعادل : ففي هذه الحالة يلجأ إلى الطريقة الدفاعية التي تساعده في المحافظة على النتيجة، وبنفس الوقت تكون ايجابية في الحصول على كرة وبدء هجوم خاطف لتحقيق الفوز، وهي طريقة الدفاع المركب (5 + 1) خمسة لاعبي دفاع منطقته + لاعب دفاع رجل لرجل.
- وهناك أمثلة كثيرة يستطيع الفريق المدافع من خلالها تحقيق الفوز على الفريق المهاجم إذا ما نجح في اختيار الطريقة الدفاعية الصحيحة، والأخذ بنظر الاعتبار مبدأ الوقت المتبقي ونتيجة المباراة.
- واما الدفاع بنقص العدد فيعني ان عدد افراد الفريق المدافع اقل من عدد افراد الفريق المهاجم , وتعتبر هذه الفترة من الفترات الحرجة للعب على الفريق المدافع , وإزاء ذلك ينصح الفريق المدافع بعدم اللجوء إلى طريقة الدفاع رجل لرجل مطلقا لأنها ذات مردود سلبي على نتيجة المباراة ، وعليه إتباع طريقة الدفاع عن المنطقة وبالمواقف الأساسية الآتية:

اللعب ب (5 – 0) أو (4 – 1) مع ضرورة التزام كل لاعب مدافع بالدفاع في المنطقة الخاصة به وعدم التحرك للإمام ، لأن ذلك يعمل على زيادة الثغرات الدفاعية مما يساعد الفريق المهاجم على استغلالها , واما

إذا كان نقص عدد اللاعبين المدافعين لفترات قصيرة كعقوبة (إيقاف 2 دقيقة) فينصح باللجوء إلى ارتكاب المخالفات البسيطة، والتي يكون عقوبتها الرمية الحرة مما يساعد على إضاعة الوقت لحين اكتمال عدد المدافعين.



النوع من

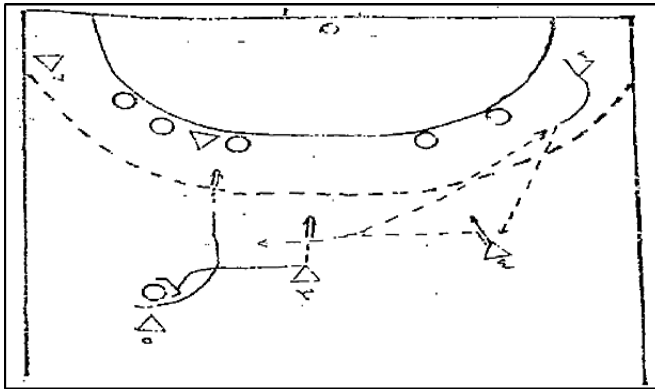
5- الهجوم ضد دفاع رجل لرجل : يمكن أحيانا ان يضطر الفريق المدافع تغيير اسلوبه الدفاعي من دفاع المنطقة الى دفاع رجل لرجل وخصوصا عند الاقتراب من نهاية المباراة لتكون وسيلته الاخيرة للدفاع بشراسة عن النتيجة المتحققة , لذلك وفي هذه الحالة يكون على الفريق المهاجم اللعب بوسيلة هجومية تناسب مع مواقف دفاع رجل لرجل , ويمكن للفريق المهاجم التغلب على هذا الدفاع باتباع الاتي :

أ- تنفيذ الفريق لأسلوب التحرك الهجومي مع تنفيذ عمليات الحجز واذا ما نجح الحجز فسيتمكن من اختراق المهاجم الحائز على كرة اضافة الى اي مهاجم اخر

ب- الحرص الشديد اثناء تمرير الكرة وان تتم التحركات الهجومية في المناطق الخلفية بعيدا عن منطقة مرمى المنافسين من اجل ان تتسع المسافات بين المدافعين والتخلص من الرقابة مع استخدام تبادل المراكز والتمريرات المزدوجة

ج- في حالة متقدمة من اللعب يمكن للفرق المهاجمة التي تمتلك مهاجمين متميزين ان يشترك في اللعب معهم حارس المرمى كلاعب سابع لا يجاد التفوق العددي ضد المدافعين ويمكن ان يمهد زملاء الحارس ثغرة للدخول من اجل التصويب

6- الهجوم ضد دفاع مركب : يمكن ايضا ان يضطر الفريق المدافع تغيير اسلوبه الدفاعي من دفاع المنطقة الى دفاع مركب عند احساسه بخطورة بعض المهاجمين الذين يجيدون التصويب من بعيد او لوجود مهاجم خلفي يقود الهجمات بنجاح , ويمكن للفريق المهاجم التغلب على هذا النوع من الدفاع باتباع الاتي :



أ- استخدام الفريق المهاجم للحجز من اجل ارغام المدافعين للتخلي عن هكذا اسلوب دفاعي او مساعدة المهاجمين اخطر زميل لهم يجيد الاختراق والتصويب
ب- يلعب ويتحرك المهاجم المراقب بأسلوب الدفاع رجل لرجل في منطقة التصويب القريبة لتشتيت اكبر عدد من المدافعين

انتهى